TAINELE OCULTISMULUI

Metode practice pentru dezvoltarea forțelor oculte ale omului

Alexandra Moşneaga

Editura Orfeu 2000

Corp și spirit

Prezenta carte este astfel întocmită încât din cuprinsul său pot trage un folos chiar şi cei care se tem să lupte cu sine.

Prima parte, destinată ucenicului, va satisface pe deplin pe mulţi, deoarece cel ce o va studia cu atenţie şi sârguinţă, în majoritatea cazurilor, va fi capabil să-şi dirijeze propria soartă, cel puţin în măsura în care aceasta nu este conturată fără abatere de la destinul său.

La finalul cursului său de pregătire el va dispune de forţe care, corect folosite, îi vor asigura o viaţă liberă şi fericită şi îl vor apăra de durere, de boli şi suferinţe de tot felul.

ISBN 978-97
£
Lei 25,00
9 789731 986005

De acelaşi autor

Secretele magiei albe, Editura Orfeu 2000

Vindecarea PSI, Editura Orfeu 2000

Doamna Alexandra Moşneaga
maestru de extrasenzorial şi bioenergie
poate fi contactată la telefon 0724 206 065.

Introducere

Ce suntem noi, dacă nu nişte fiinţe slabe? Lipsiţi de putere, neajutoraţi, ne poartă o puternică furtună în oceanul vieţii. Căzuţi pradă diferitelor rele, dispunem de mijloace insuficiente pentru a le respinge. Avem ochi dar nu suntem în stare să vedem nimic din ceea ce se va întâmpla cu noi, din ceea ce ne pândeşte în spatele stâncilor, din ce se ascunde în adâncul timpurilor. Suntem în întregime dependenţi de timp şi de puternicile oscilaţii ale luminii. Ascultăm, dar între noi şi corpul care emite vibraţiile nu trebuie să fie un obstacol prea dens, distanţa nu trebuie să fie prea mare şi, în plus, noi percepem doar anumite oscilaţii, celelalte nu au nici un efect asupra noastră.

Ce folos avem de pe urma unui auz foarte fin, dacă ascultând vorba mieroasă şi linguşitoare a interlocutorului, nu suntem capabili să-i simţim gândurile mincinoase şi ticăloase? Ce folos că nişte ochi minunaţi ne învăluie cu lumina lor binevoitoare şi drăgăstoasă, dacă noi nu suntem în stare să vedem trădarea ce şi-a făcut cuib în inima acestei fiinţe? Dotaţi cu simţuri imperfecte, rudimentare, trebuie să ne croim drum prin hăţişurile pădurii sălbatice primordiale cu care ne înconjoară viaţa şi care, pe lângă aceasta, este populată de reptile veninoase, fiare sălbatice şi mii de alte pericole!

Omul – culmea creaţiei! Cât de straniu sună această frază, dacă luăm în considerare neajutorarea sa fizică! Privim în sus şi nu observăm pietrele de pe drum şi ne împiedecăm şi cădem; privim cu atenţie drumul pe care păşim, şi nu vedem bârnele care ameninţă să cadă şi, neputincioşi, ne supunem pericolelor care ne pândesc.

Dar suntem oare chiar neputincioşi? Nu! Înţeleapta grijă a Providenţei ne-a pus la dispoziţie o armă fără pereche pentru a respinge numeroasele atacuri la care suntem supuşi. Suntem dotaţi cu inteligenţă. Datorită acestei arme am atins un înalt grad de cultură, dar, ca urmare, am atras asupra neamului omenesc o întreagă legiune de noi duşmani – duşmani invizibili, ce nu pot fi capturaţi, care ne ameninţă la fiecare pas, la fiecare respiraţie.

Câte nu se ascund în pieptul unui om, şi de ce demoni groaznici nu este el bântuit! Şi acum se mai târăşte uneori omul prin praf la picioarele acestor tirani, ca un rob slab şi biciuit de stăpânul atotputernic!

Şi totuşi, şi pentru această luptă fiinţele vii sunt înzestrate cu o armă puternică. Cunoaştem foarte bine acest mijloc de apărare, pe care-l numim „voinţă". Dar, din nefericire, nu ştim să-l folosim. Întoarcem această armă redutabilă cu tăişul spre noi înşine şi cu partea neascuţită spre duşman. Ce folos avem de pe urma raţiunii şi voinţei, dacă nu le folosim corect?

Deci, cum trebuie să le folosim spre binele nostru, cine ne va învăţa aceasta? Ne va învăţa spiritul nostru, cel care aude, vede şi ştie tot, care nu este legat nici de timp, nici de spaţiu, aşa cum este trupul nostru cu simţurile sale inerte. Acest spirit ne vorbeşte permanent, cu claritate şi ne previne de tot, dar noi nu-l auzim.

Începutul a tot ce există ne-a dăruit un simţ, menit să comunice, conştiinţei noastre, nemijlocit, limbajul sufletului, iar noi, folosind mintea şi voinţa în mod greşit, am obligat acest simţ să rămână inactiv. Suntem obligaţi să recunoaştem numai senzaţiile fizice primare, ne credem deosebit de înţelepţi şi credem că am descoperit marea taină, studiind în detaliu organele acestor simţuri. Cel mai înalt dintre simţuri, aşa-numitul „simţ psihic", care ar putea să-l transforme pe om într-un semizeu dacă nu i-ar fi limitată

activitatea. Acest mijlocitor între infinit şi vremelnic, l-am respins însă cu aroganţă.

Ştiinţa modernă denumeşte „simţul psihic" „superstiţie", dar cât de mult ar putea face pentru ştiinţă acest atât de blamat „al şaselea simţ"!

Atunci, autorităţile din domeniul ştiinţei ar putea explica mai bine „enigmele lumii" şi ar perora cu mai multă inteligenţă despre „forţă şi materie", nu ar mai da o importanţă atât de mare celulelor din creier, dacă simţul lor psihic s-ar mai inviora. Dar, desigur, cine neagă în totalitate spiritul, se poate lipsi de intermediari.

Simţul psihic există, el se dezvăluie tuturor celor care se ocupă de ştiinţele oculte şi-şi ascultă, fără prejudecăţi materialiste, glasul propriului suflet. Ucenicul trebuie să fie convins de la început de existenţa acestei fiinţe nemateriale, a „eu-lui" spiritual, pe care-l vom numi „suflet"; totodată el trebuie să cunoască, folosind bibliografia indicată aici că, pe lângă trupul său primar material, el mai are încă un corp perfecţionat, odic, corpul astral. El trebuie să cunoască faptul că materia există în diverse forme.

Dacă adevărul privind fiinţa interioară a ucenicului a fost asimilat de acesta, pentru el devine de înţeles că simţul psihic, trezit prin exerciţii, îl poate dota cu puteri nebănuite, aflate până atunci în stare latentă în trupul său şi reprezentând comoara capabilă să-l ferească pe cel care o are din toate punctele de vedere. Căutătorul de comori trebuie să aibă răbdare şi perseverenţă. Chiar de-i curge transpiraţia pe frunte, cu fiecare lovitură a lopeţii el se apropie de ţintă.

Dar ucenicul trebuie să aibă în vedere faptul că îl aşteaptă eforturi mari şi lupta cu sine însuşi! Este necesar şi mult curaj. Curajul în lupta împotriva lumii materiale egoiste. Aceasta este avidă de distracţii; materia primară este un dragon nesătul, un balaur păzind comorile pe care

ucenicul trebuie să le cucerească. Este foarte greu să învingi balaurul acesta. Prezenta carte este astfel întocmită, încât din cuprinsul său pot trage un folos chiar şi cei care se tem să lupte cu sine. Prima parte este destinată ucenicului. Ea va satisface pe deplin pe mulţi, deoarece cel ce o va studia cu atenţie şi sârguinţă se va ridica la un nivel superior celui avut anterior. În majoritatea cazurilor el va fi capabil să-şi dirijeze propria soartă, cel puţin în măsura în care aceasta nu este conturată, fără abatere de la destinul său. Cu mare uimire el va constata ce forţă se ascunde în spatele gândurilor sale, va afla cu bucurie că nu mai este un om umil, lipsit de curaj, pe care soarta oarbă îl aruncă de colo-colo. El va intra acum în luptă înarmat şi apărat. În finalul cursului său de pregătire el va dispune de forţe care, corect folosite, îi vor asigura o viaţă liberă şi fericită şi îl vor apăra de durere, boli şi suferinţe de tot felul. Cu uimire el va afla că omul nu este nici pe departe atât de neajutorat, ci dimpotrivă, este dotat cu forţele necesare pentru a-l apăra de toate pericolele. El va vedea că nu-l pot afecta nici măcar toate relele de pe pământ.

Dar cel ce va simţi că trebuie să meargă din nou înainte nu se va mulţumi cu ceea ce a obţinut şi va dori să poarte lupta împotriva naturii sale egoiste va trece la capitolul II, scris special pentru el. Ucenicul va putea pătrunde acum în templu pentru a asculta de la uşă adevărurile spuse cu sinceritate. Aşa cum credincioşii pătrund în Casa Domnului îmbrăcaţi în haine de sărbătoare, ucenicul va trebui, la rândul său, să se cureţe de murdăria lumii şi să se îmbrace în haine noi, curate, înainte de a fi iniţiat. După săvârşirea iniţierii el se vede înălţat deasupra deşertăciunilor lumii şi simte că forţele sale cresc continuu şi este treptat pătruns de măreţia înaltului. Iată adevăratul Om, aşa cum trebuie el să fie – eliberat de patimile josnice, de obiceiurile copilăreşti care-l fac să-şi piardă preţiosul timp şi-i ruinează

sănătatea; el este stăpân deplin pe sine şi pe lumea simţurilor. Voinţa sa s-a dezvoltat şi el ştie deja ce influenţă poate avea cu ajutorul ei. El ţine în propriile-i mâini o putere măreaţă, dar nu o va folosi în scopuri rele. Şi nici nu ar putea să o facă, deoarece pasul înapoi este imposibil, iar această măreţie poate fi atinsă numai cu condiţia ridicării prealabile la un nivel moral corespunzător.

El a urcat o parte a muntelui şi în faţa ochilor săi bucuroşi se deschide panorama largă a unui ţinut înfloritor. Până acum el s-a aflat într-o depresiune; cât de limitat îi este orizontul, cât de mică şi strâmtă i se părea lumea şi în schimb, cât de mare şi de necuprinsă i se pare acum din punctul înalt în care se află. Mulţi se vor mulţumi cu atât. Fericiţi de succesele obţinute, ei îşi vor ajuta din toate puterile aproapele. Altora însă – şi sunt convinsă că nu foarte mulţi vor fi aceştia – glasul interior le va ordona: „pregăteşte-te pentru continuarea urcuşului. Muntele aflat în faţa ta este şi mai înalt şi mai abrupt decât până acum. Dar nu te teme: vei atinge vârful muntelui, atâta timp cât o doreşti!" Şi, încet dar sigur, ei înaintează către culme. Ei respiră tot mai uşor, orizontul lor devine tot mai larg, forţa lor creşte în măreţie.

Celor puţini care au atins culmea (preoţilor) le este permis să intre în templu. Lor le e destinat să ridice vălul de pe chipul dumnezeirii şi să cunoască sub chipul acesteia adevărul. „Eu"-l lor spiritual a atins o forţă nelimitată, învelişul corporal nu mai prezintă pentru ei nici o importanţă, în ochii lor acesta este doar un rău inevitabil. Ei nu vor mai cunoaşte durerea şi suferinţa pământeană. Aceştia sunt supraoameni într-adevăr liberi!

Cine doreşte să-şi dezvolte forţele spirituale trebuie să uite interesele egoiste. Nu vor obţine succesul toţi cei ce se vor dedica exerciţiilor cu ţelul exclusiv al îmbogăţirii. Este pe deplin permis, desigur, să folosim într-o măsură forţele

trezite pentru a ne pune în poziţia demnă a unui om şi a uşura suferinţele trupeşti. Grija faţă de nevoile propriului trup constituie o îndatorire a noastră şi nu este o manifestare de egoism.

Dar ar fi un consum iraţional şi inutil de timp ca cineva să înceapă să-şi folosească voinţa pentru a obţine, de pildă, un câştig la loterie. Exerciţiile care au un asemenea scop vor rămâne fără rezultat şi totodată, vor face un mare rău persoanei care execută asemenea experimente, deoarece el se va abate de la ţelul său şi fiecare succes ulterior este pus sub semnul îndoielii.

Trebuie condamnată de asemenea, influenţarea psihologică a celor din jur, dacă aceasta are loc, aşa cum recomandă conducătorii americani, în vederea obţinerii de câştiguri materiale, a subjugării celor apropiaţi şi asupririi lor prin acţiuni reprobabile. Este imoral şi periculos pentru societate ca oamenii să fie lipsiţi de libertatea de voinţă pentru a obţine anumite avantaje pe seama lor. Forţele psihice nu ne-au fost date pentru ca în final să ne pierdem unii pe alţii, aşa cum a făcut-o omenirea civilizată, ci forţele acestea trebuie să ne aducă fericirea, să ne uşureze soarta şi să ridice omenirea pe cea mai înaltă treaptă a dezvoltării etice. Progresul inteligenţei nu va suferi din această cauză, deoarece, odată cu sporirea forţei psihice şi dezvoltarea lor, vor creşte şi capacitatea intelectuală şi inteligenţa, iar arta, industria şi ştiinţa vor atinge culmi fără precedent.

Înainte de a începe pregătirea şi instruirea, aş dori să reamintesc încă odată că succesul depinde în totalitate de răbdarea manifestată. Roma n-a fost construită într-o zi!

Cel ce se instruieşte astfel trebuie să se transforme într-un nou om, în sinea sa el trebuie să dezvolte un sâmbure măreţ, despre care nu avea anterior nici un fel de imagine sau doar o vagă reprezentare.

Noul sentiment înălţător trebuie să se descopere în omul respectiv. El este simţul care domină noţiunile noastre despre timp şi spaţiu, care ne leagă de fiinţa noastră trupească. Aceasta reprezintă un pas spre Dumnezeu!

Poate el fi făcut în veacul nostru grăbit şi nervos, care sapă mormântul simţului psihic?

Cine s-a hotărât să sfărâme temniţa în care-i este ferecat sufletul şi să rupă lanţurile ce leagă nefericitul suflet de lumea senzorială, trebuie să se înarmeze cu răbdare şi perseverenţă şi încetul cu încetul, se va înălţa un edificiu măreţ.

În plus este necesară şi o altă calitate – perseverenţa. De ea depinde de asemenea, succesul celor întreprinse. Exerciţiile trebuie continuate pe toată durata timpului care le este destinat. Nu trebuie admise nici un fel de pauze. Excepţie fac doar bolile grave, pe perioada cărora exerciţiile de antrenament respective pot fi întrerupte. Aceasta se referă însă, doar la exerciţiile din prima parte. Persoanele carte trec la etapele următoare trebuie să aibă în vedere şi alte rigori.

De asemenea, pe timpul efectuării exerciţiilor trebuie lăsate deoparte toate grijile privind îndeplinirea obligaţiilor faţă de familie sau de propria persoană. Când vine momentul exerciţiilor nici o forţă umană sau cerească nu ne poate reţine. Trebuie să rămânem în acest interval de timp singuri cu noi înşine şi nimic nu ne va tulbura. Orice s-ar întâmpla în casa noastră, nu trebuie să ne privească. Aşa trebuie să procedăm. În caz contrar ne vor ameninţa, atât pe noi cât şi familia, pericole mari şi nefericirea!

Astfel, pe perioada exerciţiilor există numai cel în cauză şi scopul ce şi l-a propus, în rest totul dispare din conştiinţa noastră. Contemplarea inteligentă a lumii uşurează mult această grea activitate. Omul trebuie să ţină minte în permanenţă că valoarea de bază constă în suflet, nu în învelişul trupesc. Acesta din urmă nu reprezintă nimic, este

doar o slabă reflectare a sufletului omenesc, care tinde să atingă cu ajutorul trupului, un înalt nivel de evoluţie morală. Pentru ca fiinţa interioară (adică sufletul) să se poată dezvolta liber, omul trebuie să stăpânească materia primară, voinţa sa trebuie dezvoltată în aşa măsură, încât el să poată deveni perfect liber şi independent de influenţa lumii simţurilor. Şi cu cât mai mult îşi va întări voinţa, cu atât îşi va obliga lumina sa interioară să-şi propage pretutindeni razele sale divine, dătătoare de viaţă. Astfel, omul va acţiona asupra obiectelor materiale, ceea ce unui neiniţiat i se va părea a fi o minune, un fenomen supranatural. Soarele îşi trimite razele de după norii care-l ascund! Misiunea noastră este să alungăm aceşti nori.

Desigur, cei care-şi iubesc trupul mai mult ca orice şi sunt supuşii aflaţi în robia propriilor simţuri – este vorba de cei dedaţi plăcerilor, a căror voinţă doarme, despre aceşti copii mari, care nu s-au obişnuit să-şi stăpânească pasiunile – vor da deoparte cu un zâmbet, această carte sau vor râde de cea care a scris-o, deoarece aceasta vrea chipurile, ceva ce nu a fost recunoscut de ştiinţa actuală (care nu admite lumina precum cei născuţi orbi). Pentru aceşti oameni încă nu a sosit ora cunoaşterii. Cârtiţelor le este greu să înţeleagă că există fiinţe care ştiu să zboare!

Dar sunt numeroşi şi cei ce simt în interiorul lor o înclinaţie, o tendinţă nedefinită spre eliberare de tensiunea neidentificată a vieţii, cei cărora viaţa nu le oferă nimic altceva decât măruntele bucurii pământene. Pentru ei a sunat ceasul şi în această carte, ei vor afla conducătorul de care au nevoie.

Aşa cum s-a menţionat anterior, condiţia necesară a unei evoluţii libere a capacităţilor psihice este posesia calmului, răbdării şi perseverenţei. Cine nu dispune de aceste calităţi, va trebui să şi le formeze.

Înainte de orice este necesar calmul. Există oameni care nu pot fi calmi nici măcar o singură clipă! Despre astfel de oameni se spune că sunt nervoşi. În multe cazuri aceasta nu este nimic altceva, decât lipsă de educaţie. Când stau ei bat continuu din picioare, le mişcă în permanenţă, hârşâie sau bâţâie din picioare într-un anumit ritm. Ei se foiesc pe scaun de parcă ar sta pe ace. Dacă întâmplător partea inferioară a corpului este nevoită să stea nemişcată, încep să mişte mâinile sau capul.

Ei bat un ritm cu degetele sau îşi plimbă neîntrerupt mâna pe cap sau barbă. Femeile se joacă cu plăcere cu dantele, lănţişoare de ceas sau alte obiecte, se joacă cu evantaiul sau inelele, degetele lor neliniştite caută în permanenţă ceva de îndreptat sau de aranjat în ţinută sau coafură, unde totul este şi aşa în perfectă ordine. Aceasta nu se referă exclusiv la păturile mai avute, iar cartea nu a fost scrisă numai pentru acestea.

Desigur nu este necesar să rămânem în permanenţă într-o stare de încremenire, trebuie doar să ne obişnuim ca pe timpul exerciţiilor să ne menţinem întregul nostru corp într-un calm absolut, fără a face pentru aceasta un efort special. Că nu este prea uşor, ne putem convinge fiecare pe propria-i piele.

Persoana se străduieşte să rămână aşezată, perfect imobilă, timp de un sfert de oră, apoi îşi va îndrepta toate gândurile spre o temă oarecare, deosebit de interesantă şi, peste numai câteva minute, aceasta va face o mişcare involuntară oarecare.

Asemenea abateri pot tulbura reculegerea sufletească la care a ajuns un novice după îndelungate eforturi. Dacă întreruperile se vor petrece adeseori, dezvoltarea poate fi mult îngreunată. Trebuie să se ia ca o regulă ca, pe timpul practicării exerciţiilor, să se rămână cât mai mult timp în nemişcare, ceea ce este uşor de realizat în timpul lecturii.

Foarte important pentru un novice este să-şi stăpânească aparatul vizual. Cu ajutorul văzului este în permanenţă tulburată starea de reculegere. De aceea trebuie să ne obişnuim să nu alunecăm cu privirea peste toate, fără nici un scop, ci să privim timp îndelungat într-o singură direcţie. În acelaşi fel ne putem învăţa să distingem mai puţin clar şi exact obiectele aflate în câmpul nostru vizual, ci ca prin ceaţă, până când ne vom obişnui să privim cu ochi ageri „nicăieri", să vedem „nimic". Acest exerciţiu va fi descris în detaliu într-unul din capitolele următoare, ca şi pierderea temporară a auzului printr-un efort de voinţă. Pentru aceasta este nevoie, de asemenea, de o slăbire, prin exerciţiu, a auzului. Ambele simţuri fundamentale trebuie să fie într-un grad mare de subordonare, pentru a putea atinge un grad înalt de reculegere. La început, atunci când puterea voinţei nu este prea mare, se pot utiliza mijloace mecanice: se astupă urechile cu ceară sau, la anumite exerciţii, se leagă ochii cu un fular.

Pentru a astupa urechile se fac mici sfere din ceară moale (de mărimea unui bob de mazăre) cu vată higroscopică. Prin aceste mici sfere se trece un fir de aţă (cu nod la un capăt), pentru a scoate uşor după folosire aceste dopuri de ceară din urechi. Apoi se fac dopuri de ceară mai mari, de mărimea unor vişine, cu care se acoperă bine urechile, astfel că orice zgomot, chiar şi cel mai puternic, se va auzi foarte slab şi neclar. Se mai pot folosi antifoane de cauciuc, sub forma unor căpăcele, din cele folosite pentru a nu lăsa apa să pătrundă în urechi pe timpul înotului. Desigur, toţi cei ce lucrează într-un mediu poluat fonic şi desfăşoară o muncă intelectuală, trebuie să folosească asemenea mijloace. Ne obişnuim repede şi prezenţa corpului străin – căpăcelul sau dopul de ceară – nu mai deranjează. Dar un om cu voinţă puternică priveşte şi nu vede nimic, ascultă şi nu aude nimic, fără a recurge la mijloace mecanice de orice fel.

Următoarea calitate absolut necesară – perseverenţa – este un cuvânt neplăcut pentru urechile secolului nostru grăbit şi nervos!

Trebuie să menţionăm că nu se poate stabili o normă privind durata exerciţiilor pentru realizarea succesului. Aceasta este o problemă individuală şi depinde de condiţiile care favorizează sau împiedică exerciţiile şi de efortul şi stăruinţa celui ce le execută. Unii ajung mai repede la ţintă, alţii mai lent, cu ajutorul răbdării şi stăruinţei, care permit să se obţină orice. Nimeni nu trebuie să se descurajeze dacă succesul se lasă aşteptat; dacă azi i se par inutile exerciţiile, mâine el se poate apropia de succes exersând cu tenacitate din nou.

Deci, să fim răbdători!

Pentru cei cuprinşi de nerăbdare, cărora temperamentul nervos nu le permite să fie calmi, recomand un remediu simplu, dar minunat. Cine vrea să-l folosească, să-şi cumpere un joc (gen cubul Rubic) cum sunt destule, unele foarte complicate.

Antrenarea răbdării se mai poate face în felul următor: se amestecă într-un vas mare mazăre, fasole, linte, apoi se aleg fiecare separat. Peste câteva zile exerciţiul poate fi făcut mai migălos.

Se cumpără de la magazinul specializat hrană amestecată pentru păsări sau se amestecă în cantităţi suficiente orez, mac, sămânţă de cânepă, mei, etc, şi se alege şi se sortează acest amestec cât se poate mai des.

Dacă uneori, datorită nervilor, apar mâncărimi în degete şi apare dorinţa de a renunţa, se întrerupe pentru un timp exerciţiul, se fac câţiva paşi înainte şi înapoi şi, pentru a reveni la curajul iniţial, se fredonează un cântec vesel – acesta este un remediu bun întotdeauna –, apoi se reia cu curaj lucrul.

Astfel de întreruperi vor surveni tot mai rar şi în curând ucenicul va fi capabil să-şi execute activitatea descrisă în deplină linişte şi calm.

Aceste exerciţii pot fi diversificate la nesfârşit. De exemplu se poate descurca un ghem de lână foarte înodat şi foarte încâlcit. Unii vor spune că toate acestea sunt foarte neserioase şi bune doar pentru copii. Să încerce şi ei. Încercaţi, spun eu. Cu cât aceste exerciţii sunt mai puţin asemănătoare cu sarcinile zilnice ale ucenicului, cu atât vor fi mai dificile şi cu atât mai multă răbdare îi va fi necesară.

După 3 sau 4 săptămâni, când ucenicul va căpăta suficientă răbdare şi calm, se poate trece la exerciţiile de concentrare a gândurilor, ceea ce reprezintă obiectul capitolului următor. Ucenicul nu trebuie să se grăbească să treacă la exerciţii mai complexe, dacă nu se simte capabil. Graba nu face decât să strice aici.

CAPITOLUL I

Ucenicul[1]. Treapta iniţială

1. Concentrarea (concentrarea ideilor)

Concentrarea se numeşte, de obicei, orice acumulare, adunare, îngroşare. Concentrarea în domeniul ideilor reclamă supremaţia absolută unei singure idei (sau a unei serii de idei), renunţarea la toate impresiile exterioare, cufundarea în sine şi concentrarea absolută asupra activităţii depuse. De această stare depinde întregul sistem al programului meu de instruire. Concentrarea reprezintă partea de bază, de aceea ne vom ocupa de aceasta chiar de la început.

Cine doreşte să influenţeze cu ajutorul gândurilor trebuie să înveţe să gândească intensiv. El trebuie să-şi dezvolte capacitatea de a gândi insistent, punând accentul pe o idee, pe un singur gând, să aibă forţa de a suprima toate celelalte gânduri, imagini şi reprezentări care nu sunt în legătură cu gândul (ideea) asupra căreia trebuie să se concentreze, adică să le suprime în chiar momentul apariţiei lor.

În acelaşi timp trebuie să se renunţe complet la toate influenţele exterioare. Nici prin intermediul văzului, nici al auzului sau a oricărui alt organ de simţ nu trebuie să fie

---

1 Cititorul va întâlni foarte des în cuprinsul cărţii cuvântul *ucenic*. Este vorba despre persoana care, practicând metodele indicate, cunoaşte, îşi însuşeşte şi îşi educă forţele oculte pe care le posedă, pentru a deveni un sfătuitor, un dirijor şi un medic infailibil pentru sine.

percepută nici o perturbare sau senzație. Concentrarea asupra unei idei alese trebuie să cuprindă toate detaliile sale în același gând; este posibilă chiar identificarea completă a „eu-lui" nostru spiritual cu acest gând.

Trupul celui care se inițiază și totul în jurul său, încetează să mai existe pentru el pe tot timpul exercițiilor de parcă ar dispărea și ar rămâne doar lumea lui spirituală și gândul concentrat.

Acest gând, care în mod obișnuit trece de la o reprezentare (imagine) la alta, trebuie ținuit, focalizat ca într-o lentilă optică.

Există o orientare în știință, care consideră gândurile ca pe niște obiecte materiale. Concentrate intens, într-un singur punct, neîntrerupt, acestea exteriorizează forțe odice și, poate chiar electrice, care acționează asupra substanțelor în zona miracolului.

Următoarea acțiune confirmă cele afirmate mai sus. Privim timp îndelungat o anumită parte a corpului și prin concentrarea gândurilor, ne rupem de toate gândurile străine de aceasta. După un timp oarecare, în funcție de caracterul gândului concentrat, locul respectiv se înroșește și spre el se îndreptă un aflux sporit de sânge. Dacă se recurge sistematic la acest procedeu, este posibilă favorizarea unei creșteri intensive sau a unei dezvoltări mai accelerate a părții respective a corpului. Aici ne vine, fără voie, în minte creșterea unei plante sub ochii spectatorilor, fenomen realizat de fachirii indieni.

Îmi amintesc o poveste pe care am citit-o despre o doamnă englezoaică, care avea sânul stâng aproape atrofiat. Prin repetarea îndelungată a acestui exercițiu s-a reușit creșterea sânului nedezvoltat, care a devenit de dimensiuni comparabile cu celălalt. Prin anunțurile publicate de revistele actuale se află diverse reclame de mijloace „sigure" pentru obținerea unui bust superb. În orice caz procedeul de mai

sus este ieftin, ofensiv și mai ieftin decât orice băi și pomezi mult lăudate prin reclame.

Pentru a avea posibilitatea de a dirija cu o forță deosebită toate gândurile într-un punct central, trebuie să se amenajeze o încăpere închisă, protejată împotriva zgomotelor străzii. Acolo unde nu este posibilă amenajarea unei astfel de camere, exercițiile se vor face cu ferestrele închise, în orele în care încetează zgomotele (de obicei dimineață sau seara). Mai târziu de 9-10 seara corpul uman este obosit și se poate lesne trece de la starea de liniște și calm la cel mai adânc somn. În timpul nopții exercițiile vor fi făcute doar în cazuri exepționale.

Dacă locul ales pentru exerciții este împărțit cu o altă persoană, între ei trebuie să existe o draperie sau un paravan. În alcovul astfel realizat trebuie să se afle o stofă sau un pat, pentru ca pe parcursul următoarelor exerciții ucenicul să se poată relaxa aici în totalitate, aducându-și toți mușchii în repaus absolut. Această nișă este destul de primitivă, dar ea îi permite totuși ucenicului să se simtă singur și să-și poată realiza scopul propus.

Repetăm încă o dată că aceste amenajări trebuie îndepărtate destul de curând; în general, ele servesc numai la început, deoarece un om iscusit în concentrarea gândurilor va putea să se cufunde în lumea sa de gânduri în condițiile celui mai mare zgomot și folosindu-și voința, își va izola simțurile de orice acțiune exterioară. O piedică serioasă în calea concentrării gândurilor este neliniștea trupului menționată anterior.

Primele exerciții ale ucenicului trebuie orientate spre realizarea controlului perfect asupra contracțiilor musculare. Să luăm, de pildă, cazul cuiva care are obiceiul ca la cel mai mic zgomot să întoarcă capul în direcția în care se presupune că se află cauza acestuia. Acest obicei poate dăuna unui novice. El trebuie să se instaleze în timpul liber cu

cartea sau cu altceva, la aer curat, într-un loc în care este multă mişcare sau lângă un loc de joacă pentru copii şi să hotărască ferm că nimic nu-l poate împiedica în activitatea sa: nici oamenii care se plimbă nervoşi, nici zgomotele care-i răsună în urechi. El nu întoarce capul de la ceea ce face pentru nimic în lume şi în nici un fel de ocazii; orice s-ar întâmpla el rămâne calm, de un calm absolut.

La început ucenicul va fi capabil să efectueze aceste exerciţii doar un timp scurt, de aproximativ 10 minute, dar încetul cu încetul, el se va strădui să sporească durata acestuia cu câte 5 minute, astfel că în curând exerciţiul va putea avea durata de o oră.

În general nu trebuie să se descurajeze cei ce înregistrează unele eşecuri, la oricare dintre exerciţiile pe care le prezentăm aici. Cine învaţă să tragă cu puşca poate să nu împuşte nici un iepure mult timp şi va învăţa să nimerească la ţintă numai după multe ratări.

Trebuie să ne obişnuim să fim de o exactitate plină de pedanterie. Pentru succesul exerciţiilor este deosebit de important să se înceapă cu un minut (exact un minut). Datorită puterii obişnuinţei, corpul nostru va deveni mai docil şi exerciţiile vor putea deveni mult mai intense.

Majoritatea oamenilor mişcă necontenit mâinile. Împotriva acestor mişcări recomandăm următorul exerciţiu: se pun palmele mâinilor pe marginea mesei, aşa cum îi puneau pe vremuri învăţătorii pe copii în primele zile de scoală şi se îndoaie degetul mare dedesupt. Se rămâne astfel pe tot timpul lecturii unei cărţi interesante.

Aici se pot face cele mai diverse combinaţii. Cine are astfel de obiceiuri şi defecte îşi va compune curând singur astfel de exerciţii, care să fie potrivite pentru tot felul de obiceiuri şi defecte şi să conducă drept la ţintă, astfel încât cei ce le efectuează nu trebuie să-şi piardă speranţa şi răbdarea.

Concentrarea gândurilor este cheia către toate forţele psihice. Atât în formă activă cât şi în formă pasivă, concentrarea reprezintă fundamentul fenomenelor psihice provocate conştient de fiecare. Prin urmare nu poate fi nici un fel de manifestare conştientă a fiinţei astrale fără o concentrare activă a gândurilor, telepatia, odismul curativ, influenţarea unei substanţe prin puterea voinţei, etc, sunt posibile doar cu ajutorul unei intense şi precise concentrări a gândurilor, la fel cum psihometria, clarviziunea şi claraudiţia depind în mare măsură de arta de a produce o stare pasivă completă, care este opusă concentrării active a gândurilor. De aceea, ucenicul trebuie să ţină minte în permanenţă că exerciţiul următor, care se află la baza tuturor capacităţilor fizice, trebuie executat cu exactitate şi cu multă asiduitate şi se va întrerupe atunci când ucenicul poate spune cu conştiinţa împăcată că ambele stari (activă şi pasivă) stau pe deplin la dispoziţia sa. Succesul depinde în continuare, exclusiv şi în întregime, de intensitatea cu care persoana respectivă este capabilă să-şi concentreze gândurile într-un singur punct sau, aşa cum se va explica în capitolul următor, să se elibereze de toate gândurile.

Dacă ucenicul a executat exerciţiile descrise mai sus cu răbdare şi calm, el poate trece la exerciţiile de concentrare a gândurilor.

Fiecare a întreprins cel puţin o dată în viaţă, o călătorie de durată mai mare sau mai mică. Aceasta trebuie să ne inspire la primul nostru exerciţiu.

În fiecare zi, la momentul fixat, ucenicii se izolează în încăperile închise speciale, îşi închid ochii şi urechile prin procedeele prezentate mai sus, se aşează comod şi încep să se gândească la una din călătoriile lor. Ei caută să-şi aducă în minte toate amănuntele şi-şi imaginează mental că efectuează încă o dată această călătorie. Gândurile trebuie să evolueze astfel:

Ne imaginăm cazul în care călătoria începe dis-de-dimineață. Ne imaginăm trezirea, ridicarea din așternut, cum ne spălăm, ne îmbrăcăm, luăm în mână geamantanul și ușor pentru a nu-i trezi pe ceilalți membri ai familiei, care mai dorm, pe furișăm pe vârfuri pe scara care scârțâie, spre ieșire. Pe stradă este încă întuneric și felinarele încă luminează slab în ceața deasă și umedă. În fine, sosim la gară. La restaurant, un chelner adormit sau o cameristă, aduce micul dejun. Până la plecarea trenului este suficient timp, gustăm cu plăcere din cafeaua aromată și simțim cum o neobișnuită căldură plăcută se împrăștie prin membrele înghețate. Acum însă este timpul! Cumpărăm repede un bilet și ne urcăm în vagon. Locomotiva fluieră, trenul pornește și gonim prin ceața deasă, care se întinde sub ochii noștri de fiecare dată când privim pe fereastră. Ne privim tovarășii de călătorie și, deodată ne sare în ochi, într-un colț, o față cunoscută. O privire mai atentă ne permite să-l recunoaștem pe prietenul nostru X, cu care nu ne-am văzut de multă vreme. Ne mutăm repede și îl salutăm din inimă pe neașteptatul tovarăș drag de drum, etc.

Prin acest procedeu sau prin altul asemănător, vom putea efectua din nou călătoria pe toată durata până când deșteptătorul va suna sfârșitul exercițiului. Trebuie să fim atenți pentru a nu da frâu liber gândurilor ce nu au nici o legătură cu călătoria, lucru ce nu se află, din păcate, prea des în atenția ucenicilor. Imediat ce un astfel de gând străin începe să ia amploare, el trebuie eliminat cu hotărâre. Gândurile trebuie orientate numai spre călătorie și spre tot ce se află în legătură cu ea. Chiar dacă nu vom reuși pe deplin de la început, va trebui să se depună mai mult efort, de el depinzând succesul exercițiului. Dacă în fiecare zi vom efectua acest exercițiu câte o dată, timp de 12-14 zile, apoi cu fiecare zi, el se va desfășura mai bine, tot mai bine. Acest exercițiu nu trebuie prelungit mai mult de 20-30 de

minute. În acest scop este indicat să punem ceasul deșteptător, fixat în momentul întreruperii exercițiului.

Nu este obligatoriu să ajungem la sfârșitul călătoriei; când sună deșteptătorul, exercițiul – deci călătoria – se întrerupe imediat. Data viitoare se începe din nou de la început, nu din locul în care ne-am oprit cu o zi mai înainte. Cu fiecare exercițiu călătoria va fi derulată tot mai intens și se poate ajunge cu adevărat la retrăirea mentală a călătoriei respective cu toată forța.

Când se va atinge această stare și întreaga călătorie va putea fi reprodusă fără nici mai mică întrerupere, trebuie să trecem la alt exercițiu.

Se alege un obiect oarecare de mici dimensiuni. Acesta poate fi un briceag, un ceas de buzunar sau un băț de chibrit. Se concentrează toate gândurile asupra obiectului respectiv.

Ochii trebuie să rămână deschiși, numai urechile trebuie să fie în permanență acoperite.

Deci, se ia în mână obiectul ales și se examinează cu foarte multă atenție. Mai întâi ne vom gândi la destinația și utilizarea lui, la materialul din care este confecționat, în fine, la procedeul de fabricație al acestuia.

Desigur este necesar să se evite și cea mai mică abatere. Trebuie să ne gândim numai la ceea ce se află în strânsă legătură cu obiectul ales.

Adesea se poate întâmpla ca, gândindu-ne la modul de fabricație al unui briceag de exemplu, să ne formăm o imagine despre toți cei care lucrează la realizarea lui. Aceasta ar reprezenta deja o mare abatere de la exercițiu și ar aduce un mare prejudiciu desfășurării sale ulterioare. Dacă apare dorința abaterii de la gândul principal, ea trebuie înăbușită imediat. Acest lucru trebuie să ni-l amintim mai des, pentru că este faptul periculos pe care trebuie să-l evităm, dar pe care nu mulți pot să-l țină în frâu și de aceea mulți abandonează exercițiile. Cel care a reușit măcar o

dată, într-o situaţie similară, să-şi reorienteze din nou gândurile, cu toată puterea, asupra obiectului exerciţiului, nu va întâmpina greutăţi în a repeta exerciţiul.

Desigur, este pe deplin corect ca, pe timpul analizei, privind plăcuţa de sidef de pe briceag, să se reţină reprezentarea scoicii din care s-a tăiat plăcuţa, dar ar fi o abatere însemnată de la ţinta reală, dacă ne-am reprezenta, în plus, fundul mării cu minunile şi monştrii săi. Această reprezentare nu are desigur, nici o legătură cu briceagul.

În continuare, trebuie să remarcăm încă odată că starea pasivă absolută corespunde finalizării cu succes a acestor exerciţii, de aceea este necesar să se relaxeze complet toţi muşchii şi să se ocupe o poziţie cât mai comodă, pentru a evita toate influenţele nocive.

Pentru a-i ajuta pe cei dornici să se antreneze, vom prezenta aici o parte a unui astfel de exerciţiu. Ucenicul îşi pironeşte privirea ascuţită şi imobilă spre un obiect oarecare, să zicem briceagul. Apoi apare un flux de gânduri, după cum urmează:

„Iată-mi briceagul. El are două lame mici şi una mare. La capătul celălalt se află un tirbuşon. Lamele mici servesc la ascuţit creioane şi la curăţirea hârtiei. Lama mare se foloseşte în diferite activităţi, de aceea s-a mai ştirbit puţin. Tirbuşonul este foarte artistic executat. Este un briceag foarte fin (acesta pe care-l ţin acum în mâini), confecţionat dintr-un material de calitate. Mă servesc de el de peste zece ani şi el tot mai este apt să mai servească timp îndelungat. Foarte frumos este executată plăcuţa din sidef cu ţinte de aur strălucitoare. Iată, aici pe plăcuţa ovală de cupru este gravat numele meu. Lamele sunt executate din oţel Solingen, iar restul părţilor lui componente – unele din cupru, altele din fier".

Astfel se descrie briceagul în întregime. Apoi se formulează gândul privind arta fabricării lui. Această parte a concentrării trebuie pusă la dispoziţia exclusivă a fanteziei,

deoarece nu oricui îi este dat să vadă pe viu procesul de fabricaţie a briceagului. De aceea ne vom limita aici numai la a ne imagina care parte este forjată, care turnată, cum s-ar putea confecţiona plăselele şi cum sunt asamblate la un loc toate părţile componente.

Acest exerciţiu trebuie să aibă la început o durată de numai 5 minute, dar puţin câte puţin ea va trebui majorată până la 15 miunute.

Dacă judecata este încheiată, atunci, fără a admite apariţia unor gânduri străine, se revine imediat la locul de unde s-a început şi se continua antrenamentul până va suna ceasul deşteptător.

Pentru a se feri într-o primă etapă de devieri ale gândurilor, este bine să se spună în şoaptă exerciţiul respectiv, ceea ce permite până la un punct un control mai eficient. Dar nu trebuie să se abuzeze de această metodă, deoarece reprezintă o pierdere de forţe – cu urechile astupate şoaptele nu se aud, ci se sesizează doar după mişcarea buzelor, ceea ce reprezintă o oarecare abatere. În nici un caz nu trebuie să se recurgă la această metodă de mai mult de 4-5 ori şi doar până se capătă obişnuinţa de a gândi energic. Cine poate evita acest procedeu ajutător, este mai bine să se lipsească şi să nu recurgă de loc la el.

Desigur, obiectele se pot schimba, 3-4 exerciţii se pot executa cu briceagul, apoi un număr egal de exerciţii se vor executa cu un alt obiect oarecare; trebuie să menţionăm că trecerea se face, de regulă, de la obiecte mai complexe la obiecte mai simple. Cu cât obiectul este mai simplu, un nasture, de exemplu, cu atât va fi mai greu să se concentreze asupra sa toate gândurile timp îndelungat.

Cine este capabil să se concentreze astfel asupra unui obiect foarte simplu timp de un sfert de oră sau mai mult, fiind ocupat exclusiv de obiectul respectiv, fără să admită în tot acest timp nici cea mai mică abatere a gândurilor de

la acesta; dacă nici cele mai plăcute imagini, care se schimbă cu repeziciune, nu pot să-l abată de la concentrarea gândurilor sale asupra acestui obiect, atunci, înaripat de speranţă, el se poate avânta spre celelalte exerciţii.

Exerciţiul următor constă în reprezentarea clară în minte a unui obiect oarecare.

Se ia obiectul respectiv în mână şi se examinează. De data aceasta se porneşte de la obiectele cele mai simple şi se continuă cu obiecte din ce în ce mai complexe.

Se examinează în timp îndelungat obiectul simplu, ţinut în mână – de exemplu, un creion – apoi se închid ochii şi se reprezintă mental imaginea cât mai exactă a creionului, percepută atunci când a fost examinat. Când ucenicul va deschide ochii şi va compara reprezentarea sa mentală cu obiectul real, el va constata diferite deficienţe în imaginea pe care şi-a făcut-o despre obiect.

Ucenicul trebuie să-şi corecteze aceste greşeli. Cu ochii închişi el se va strădui să-şi imagineze obiectul exact aşa cum este în realitate. Apoi îl va privi din nou. Exerciţiul se reia de mai multe ori, până când se reuşeşte ca, după un minut de examinare atentă, să se obţină cu ochii închişi imaginea fidelă, ca în oglindă, a obiectului respectiv. Durata acestui exerciţiu nu trebuie să depăşească în total 30 de minute.

Dacă se obţin rezultate satisfăcătoare, se poate trece la următoarele exerciţii, mai complexe. Se concentrează gândirea asupra unui obiect oarecare fără a-l examina în realitate, adică exclusiv în domeniul mental. De exemplu, ne imaginăm ceasul nostru şi apoi ne concentrăm gândurile ca la exerciţiul anterior, adică asupra scopului, materialului şi procesului de fabricaţie al obiectului. Mai târziu se revine la obiecte mai simple. Încetul cu încetul se trece la feţe cunoscute, care servesc ca material pentru experienţele noastre, la animalele domestice, apoi la noţiuni abstracte.

Dacă şi aceste exerciţii vor fi încununate de succes, el

se schimbă astfel: se trece cât se poate de repede de la o orientare a gândurilor la o alta, apoi, cu o precizie fără greş, se revine ca la comandă la punctul în care tocmai s-a întrerupt cursul primului raţionament.

Aceasta este o abatere voluntară, conştientă.

Acest exerciţiu trebuie să fie precedat de o problemă mai simplă, prezentată mai jos. Încă înainte de începerea celui de-al doilea exerciţiu se folosesc 2-3 minute libere şi se rezolvă următoarea problemă: începem să ne gândim la o noţiune, un obiect sau o fiinţă şi, cât se poate de repede, ne străduim să ne reprezentăm o noţiune contrară. Ne gândim de pildă la cuvântul „gol" şi imediat ne aducem în minte noţiunea de „plin". După „apă" trebuie să urmeze „foc", după „soare strălucitor pe cer senin", „o zi mohorâtă şi ploioasă", după „porumbel" poate să urmeze „şarpe" sau „vultur", etc. De fiecare dată ne vom strădui să îndeplinim cât mai repede condiţia problemei, efectuând-o zilnic. Problema în sine nu este grea, dacă nu ar trebui să fie reprezentată foarte clar fiecare noţiune sau obiect, aducându-i imediat imaginea în minte. Datorită acestor exerciţii, cu trecerea timpului, se capătă deprinderile necesare pentru trecerea la următorul exerciţiu.

Îmi îndrept toate gândurile, de pildă, spre fiica mea cea mică şi, imediat, îmi imaginez cum copilaşul m-a îmbrăţişat cu mânuţele-i calde şi şi-a pus căpuşorul cârlionţat pe umărul meu. Dar iată că ea mă priveşte cu ochişorii săi veseli şi senini şi mă cheamă mângâietor şi rugător cu obişnuitul nume de alint „mămiţico". Instantaneu îmi mut gândurile asupra unei alte imagini. Îmi închipui o maşină de calcul abia inventată, pe care am văzut-o de curând la un prieten şi mă concentrez prin metoda ştiută asupra acestui obiect. Apoi din nou (după 3-3 minute) mă străduiesc cu cea mai mare claritate să revin fără greş, cu precizie şi cât mai repede, la locul din care am început concentrarea gândurilor. În timpul unui exerciţiu se poate recurge la schimbarea

obiectului concentrării de 4 sau 5 ori, durata lui nedepăşind 30 minute. Acum toate exerciţiile executate anterior pot fi reluate fără a astupa urechile.

Aici întâmpinăm o mare dificultate şi trebuie să punem în evidenţă o mare cantitate de voinţă; dar ucenicul nu trebuie să se sperie; până la urmă îi reuşeşte, dar nimic nu poate ieşi perfect de prima dată. În nici un caz nu trebuie să fim uşuratici, trebuie să ne antrenăm timp îndelungat, încât concentrarea gândurilor să reuşească chiar în condiţii de zgomot foarte puternic.

În tot timpul efectuării exerciţiilor fără a astupa urechile, se va executa zilnic un set de probleme.

Când avem timp se iese în aer liber, dar nu într-un loc liniştit şi izolat, ci acolo unde domneşte agitaţia, traficul intens şi zgomotul, sau dacă starea timpului şi anotimpului nu permit, se alege o încăpere cu multă lume, care cu discuţiile şi mişcarea lor, produc un zgomot suficient de puternic, de exemplu un restaurant.

Se ia un ziar sau o carte şi se citeşte un pasaj – care ne place cel mai mult sau pare mai atractiv. Apoi cu tot zgomotul, ne vom strădui să reproducem din memorie cele citite. Cu cât ucenicul va putea să se concentreze mai bine asupra celor citite, cu atât îi va funcţiona mai bine memoria şi, cu cât se va antrena mai mult în concentrarea gândurilor fără a-şi astupa urechile, cu atât mai puţin îl va distrage zgomotul din jur.

Nu este necesar defel ca cele citite să fie reproduse cuvânt cu cuvânt, este suficient un rezumat. Desigur, cu cât ucenicul va reuşi mai des reproducerea conţinutului principal a celor citite, cu atât mai mult a progresat acesta.

În acest exerciţiu se poate trece de la uşor la mai greu. Cu cât este mai interesat şi mai atractriv conţinutul celor citite în timpul exerciţiilor cu atât este mai simplă reproducerea. Puţin câte puţin se trece la citirea unor texte mai puţin interesante, care sunt chiar în dezacord cu interesele

ucenicului. Dacă acesta, de exemplu, este un om cu o fire artistică, concentrarea asupra ziarului care publică cronica bursei nu îi va produce, evident, nici cea mai mică plăcere, iar reproducerea acestei cronici va fi foarte dificilă la început. Acelaşi lucru se va produce şi cu un om dedicat studierii trăirilor sale interioare şi care se obligă să urmărească revista modei şi ştiri din sport. La început se aleg articole nu prea mari, note, ştiri, conţinând maximum 30 de rânduri. Apoi se trece la articole mai mari. Exerciţiile nu trebuie să dureze mai mult de 30 de minute. Este mai bine să se reia încă o dată, decât să dureze prea mult.

Gradul cel mai înalt de concentrare a gândului este considerat a fi atins pe deplin dacă ucenicul poate rezolva probleme complicate în condiţii de zgomot foarte puternic.

Pentru a atinge marea artă ucenicul îşi permite să-şi întrerupă activitatea sau să o oprească, pentru ca apoi să revină din nou cu neslăbită forţă şi atenţie în punctul în care s-a întrerupt.

Pentru concentrarea gândurilor este necesar un antrenament permanent şi asiduu. Antrenamentul desfăşurat astfel este capabil să accelereze atingerea de către ucenic a unor rezultate uimitoare. În aceasta constă, în parte, succesul unor genii ale finanţelor, ale marilor conducători de oşti şi altor răsfăţaţi ai soartei.

2. Starea pasivă

Aproape de concentrarea activă se situează, de asemenea, starea pasivă. Aceasta apare numai ca rezultat al celei dintâi. Cine este capabil să-şi concentreze gândurile, numai acela este capabil să ajungă în starea ce poate fi cel mai bine caracterizată ca „nefiinţă".

Lumea gândurilor noastre poate fi comparată cu o mare; când suntem tulburaţi gândurile noastre sunt asemănătoare cu nişte valuri furioase şi învolburate; când însă suntem liniştiţi sau puţin emoţionaţi, gândurile noastre aleargă ca nişte valuri uşoare.

Numărul lor este infinit, dar viaţa lor este scurtă: el trebuie să facă loc imediat valurilor care abia s-au născut, care le ajung din urmă şi apoi dispar, fără a lăsa o urmă a scurtei lor existenţe. Starea pasivă cere ca marea să fie netedă ca o oglindă. Trebuie să dispară toate valurile puternice, toate valurile mici fără de număr şi marea trebuie să încremenească, de parcă ar fi formată din ulei.

Trebuie suprimate toate gândurile. În momentul apariţiei lor trebuie suprimate – aceasta este condiţia necesară stării pasive.

Deci se cere o perfectă curăţire a aparatului de gândit.

Trebuie să ne străduim să ajungem în acea stare, în care creierul nostru poate fi asemuit cu o foaie de hârtie albă, nescrisă şi noi trebuie să studiem această stare, pentru a avea posibilitatea de a o atinge la momentul stabilit.

În această stare trebuie să uităm de toate, chiar de propria existenţă. Când ne vom depăşi pe deplin dorinţele pământene, ne vom separa de toate impresiile exterioare şi vom deveni insensibili la tot ce se află în jurul nostru şi la lumea materială care ne influenţează, vom face ca sufletul să ne fie receptiv la influenţele mai subtile ale lumii spirituale; altfel ele trec pe lângă noi, fără a lăsa vreo urmă. În această stare pasivă sufletul nostru poate influenţa mai bine trupul nostru.

Când ieşim din starea pasivă, găsim foaia albă scrisă.

Fluxul de idei creatoare, înălţătoare ne prinde, acestea fiind idei de care nu suntem capabili în starea noastră obişnuită de veghe. Idei şi proiecte noi, neaşteptate, izvorăsc din noi şi ne uimesc prin claritatea şi originalitatea lor.

Starea pasivă are pentru toată lumea o mare valoare. Cei ce exercită muncă intelectuală, ca şi meseriaşii, pot avea un mare folos de pe urma acesteia. Dar numai un om cu o înaltă moralitate va afla în această stare pârghia puternică a progresului moral. Ea comunică sufletului său posibilitatea de a acţiona mai puternic asupra trupului ce se revoltă.

Deosebit de necesară este această stare pentru dezvoltarea diverselor capacităţi oculte, despre care vom vorbi mai jos.

Dar starea pasivă prezintă, desigur, un oarecare pericol.

Deşi, pe de o parte aflându-ne în această stare suntem sub influenţa propriului nostru spirit şi a unor fiinţe binevoitoare, mai perfecţionate, fine şi evoluate spiritual, pe de altă parte constituim un instrument în mâinile unor finţe raţionale inferioare, imperfecte şi ne supunem influenţei lor, care nu este întotdeauna lipsită de pericole pentru noi. Pentru a contracara această ultimă influenţă avem un mijloc minunat şi anume concentrarea gândurilor, adică starea activă. Când simţim o influenţă impură, trebuie să ne concentrăm gândurile, chemând astfel în ajutor influenţa benefică a lumilor spirituale. De exemplu, când pe timpul exerciţiilor, aflându-ne în starea pasivă, suntem cuprinşi de dorinţe nearmonioase, ne concentrăm pur şi simplu gândul asupra unor reprezentări înalte: pace, iubire faţă de aproapele tău, armonie pură. Astfel vom determina radiaţiile dizarmonice ale sufletelor joase să-şi piardă puterea de a pătrunde în sufletul nostru.

Deoarece în lumea spirituală ceea ce se aseamănă caută să se apropie („cine se aseamănă se adună"), influenţelor dizarmonice li se supun, de cele mai multe ori, oamenii înclinaţi de cele mai multe ori spre dizarmonie, ca şi cei robiţi plăcerilor simţurilor, cei chinuiţi de fiinţele din categoria inferioară ce posedă astfel de vicii; foarte rar se întâmplă ca un om calm, care tinde sus din punct de vedere

etic, să fie neliniştit datorită unor astfel de emanaţii inferioare. Dar, chiar dacă se întâmplă aşa ceva, el va şti acum să se ajute singur. Un astfel de caz îi poate servi doar la fortificarea propriului „eu" şi la trecerea către o nouă etapă a exerciţiilor.

Altul, care atrage prin viciile sale fiinţe de natură apropiată, se poate apăra de acestea, ceea ce-i va ajuta la sporirea voinţei proprii; aşa trebuie să procedeze, dacă nu vrea să pună sub semnul îndoielii succesul exerciţiilor sale.

Repet cu insistenţă că, cine doreşte să-şi dezvolte capacitatea de a intra în starea pasivă, trebuie să se obişnuiască în suficientă măsură cu concentrarea gândurilor. Altfel spus, el niciodată nu va fi în stare să atingă binefăcătoarea eliberare a aparatului său de gândire. Pentru un începător principala condiţie este calmul absolut. Linişte în jurul său, linişte în interiorul său. Abia acum, începe pentru el perioada exerciţiilor pe care trebuie să le efectueze de la bun început, pentru a-şi asigura linişte trupească.

Starea pasivă necesită nemişcarea absolută a trupului. Momentul cel mai bun pentru aceste exerciţii este liniştea serii sau dimineaţa foarte devreme. Ucenicul merge din nou în camera sa, în colţişorul său izolat, în alcovul pe care l-a amenajat, îşi astupă urechile, se leagă la ochi şi se întinde pe sofa.

Trebuie să avem grijă ca poziţia corpului să fie foarte comodă pentru a-şi aduce treptat muşchii în stare de relaxare absolută. Poziţia capului şi a tuturor încheieturilor trebuie să fie astfel încât nici un muşchi şi nici o forţă să nu intre în acţiune. Întregul corp trebuie să se găsească într-o stare de linişte şi somnolenţă.

Procesul respiraţiei – fără eforturi prea deosebite sau voinţă prea energică – trebuie redus până la limita posibilului. Trebuie evitată respiraţia întreruptă sau prea profundă.

Se imaginează un disc alb (de aproximativ 20 centimetri diametru) pe fond negru care se roteşte permanent în

jurul centrului său. Se orientează vederea interioară chiar asupra discului şi se alungă, la fel ca la concentrarea gândului, toate gândurile şi reprezentările exterioare.

Starea pasivă diferă faţă de concentrarea gândurilor prin aceea că în această stare trebuie să ne abţinem de la orice consideraţii privind discul alb şi fondul negru. Există o singură preocupare, aceea de a menţine imaginea discului alb în formă neschimbată. Nu trebuie să gândim nimic altceva. Rotirea discului se priveşte calm, egal.

Ucenicul trebuie să se ferească să adoarmă, dar nu trebuie să-şi încordeze voinţa în mod deosebit, pentru a nu se abate de la starea de calm.

Trebuie să ne străduim să menţinem starea de calm, de pasivitate, între 3 şi 5 minute.

La prima experienţă ucenicul va trebui să ducă o luptă energică cu sine. Gând după gând vor pătrunde în conştiinţa sa şi vor întuneca imaginea discului; aceasta va fi cu atât mai uşor, cu cât el nu trebuie să se oprească la nici o judecată, ci trebuie să menţină doar imaginea discului.

Cu fiecare încercare, forţa va creşte şi după 10-12 experienţe, ucenicul va fi capabil să se abţină cel puţin 3 minute de la fiecare gând, astfel încât imaginea discului să rămână clară şi strălucitoare. Apoi trebuie să se străduiască să execute acest exerciţiu timp de 4-5 minute, mereu mai multe minute.

Şi aici deşteptătorul poate fi de folos. Dar ciocănelul ceasului deşteptător ar trebui izolat cu ceva, pentru ca sunetul lui strident să nu dăuneze nervilor. Astfel firile mai sensibile pot cădea în transă hipnotică din cauza acestui zgomot.

Dacă ucenicul va reuşi ca imaginea strălucitoare şi clară să se menţină timp de 10 minute şi nici o altă imagine sau gând nu va perturba această imagine, se poate merge mai departe.

Din disc trebuie să se obţină un mic punct luminos, care se roteşte înconjurat de spaţiul negru. Acest exerciţiu se desfăşoară ca şi cel precedent.

Dacă vom fi capabili şi aici să realizăm ce am realizat la exerciţiul precedent şi timp de 10 minute nu ne vom abate de la contemplarea punctului pe care ni-l reprezentăm foarte clar, trebuie să continuăm astfel, încât să nu ne mai reprezentăm nimic, iar apoi vom atinge starea pasivă propriu-zisă.

Este necesar să nu auzim nimic, să nu simţim nimic şi să nu ne gândim la nimic, adică să fim de parcă nu am exista.

Începem acest exerciţiu cu reprezentarea unui punct. Ucenicul încearcă, şi numai pentru 2 minute, să se elibereze de contemplarea punctului, astfel încât să rămână un spaţiu negru gol. Această contemplare trebuie să dispară încetul cu încetul, spaţiul negru trebuie să fie înlocuit de un fond cenuşiu nedefinit şi în fine să se transforme în nimic.

Trecerea de la reprezentarea punctului la această fază se face treptat, puţin câte puţin, dar oamenii cu o voinţă puternică sunt capabili să desfiinţeze acest punct şi spaţiu imediat.

Şi unul şi celălalt procedează bine, totul depinde de individualitatea ucenicului. Sunt multe persoane care preferă să înceapă trecerea la starea pasivă tocmai prin contemplarea punctului. Eu nu am nimic împotrivă, deşi obiceiul acesta poate îngreuna într-o oarecare măsură exerciţiile ulterioare.

În unele cazuri, când suntem foarte nervoşi, de exemplu, şi fluxul gândurilor nu poate fi oprit prea repede, este de preferat să se folosească contemplarea punctului, decât a discului.

Starea de pasivitate este cu deosebire, un minunat mijloc de calmare în orice nelinişte sufletească. Ea ne ajută să biruim durerea şi necazurile, ea ne aduce consolarea şi ne umple de noi speranţe şi credinţe. Cine este bolnav şi nu

ştie prin ce să se ajute, să recurgă la acest mijloc şi va avea o mare uşurare, poate chiar din prima încercare.

Antrenamentele trebuie continuate până când vom atinge din nou (timp de alte 10 minute) starea de pasivitate absolută, fără nici un fel de gânduri. Dacă reuşim aceasta schimbăm felul exerciţiului, prin faptul că ne dezlegăm ochii şi ne destupăm urechile. Acum nu ne vom mai culca pe sofa, ci ne vom aşeza cât mai comod.

Pentru ca aparatul vizual să nu producă nici un fel de abateri, punem în faţa noastră o pânză albă întinsă pe o ramă, cât de uniform putem (dimensiunile pânzei trebuie să fie de 1,5 m^2). În acelaşi scop se poate folosi la fel de bine şi o coală albă de hârtie de desen; se aşază această suprafaţă albă astfel încât să ne putem uita cu uşurinţă la ea. Ne aşezăm cu ochii la această suprafaţă şi o privim cu atenţie, fără a ne abate nimic de la această contemplare. Apoi se continuă exerciţiul în modul cunoscut. În aceste condiţii exerciţiul este deosebit de uşor. Mai greu devine când îndepărtăm suprafaţa albă. Aceasta este echivalent cu a privi „nimic" cu ochii deschişi.

Acest exerciţiu trebuie practicat cât se poate de asiduu, alături de principalele antrenamente. Când vom avea un răgaz de 10 minute, imediat ce vom putea părăsi preocupările noastre obişnuite, ne vom aşeza undeva, ne vom relaxa musculatura, vom renunţa la toate gândurile şi ne vom strădui în mod intenţionat să ne „înceţoşăm" privirea pentru ca, privind spaţiul înconjurător şi obiectele din jur, să nu distingem nimic. Deci privim şi nu ne gândim la nimic.

Aceste exerciţii ajutătoare trebuie efectuate într-un birou comercial, într-un bistro, în locuri de distracţie, pe scurt pretutindeni, oriunde se poate, având ca scop obişnuirea ucenicului să nu audă dacă nu vrea, chiar cu urechile neastupate, sau mai precis, să audă şi să nu gândească în acest timp. După o perioadă oarecare ucenicul va putea rămâne cu urechile neastupate şi în timpul exerciţiilor de bază.

Când vom deține arta ca timp de 10 min, cu ochii deschiși, cu urechile neastupate, să ne menținem starea de pasivitate, atunci vom realiza independența deplină față de corpul nostru și de situația ce ne înconjoară.

Apoi trebuie să realizăm starea pasivă stând în picioare și pe timpul mersului. Același lucru poate fi realizat și în timpul exercițiilor de concentrare a gândurilor.

Aceste exerciții trebuie practicate permanent, alături de celelalte, deoarece ambele stări, doar reunite, conduc, așa cum vom constata, la rezultate însemnate.

Concentrarea gândurilor și starea pasivă se folosesc alternativ, când în condiții de zgomot puternic, când în locuri aglomerate. Aceasta se numește încordare energică a voinței. Starea pasivă este posibilă în condițiile tirului de artilerie, pe timp de incendiu, într-o mulțime agitată ca și într-o cameră liniștită.

Ucenicul își spune cu fermitate: „Eu nu vrea să aud nimic, nu vreau să văd nimic și vreau, de asemenea, să nu mă gândesc la nimic".

În cadrul exercițiilor de stare pasivă executate pe stradă este necesar, în orice caz, din considerente de siguranță personală, să se aleagă locuri sigure și ucenicul să se poată sprijini pe ceva. Apoi se poate proceda astfel, de parcă ucenicul ar privi cu interes o clădire oarecare sau o vitrină, pentru a nu atrage curioșii care, după cum se cunoaște, apar imediat dacă se petrece ceva mai puțin obișnuit.

Cine a progresat într-o măsură atât de mare, poate avea un folos de pe urma capacităților dezvoltate. Cineva dorește să vadă o problemă, de exemplu una științifică, într-o anumită lumină; în acest caz el își va concentra mai întâi gândurile asupra problemei respective timp de câteva minute, apoi își va produce starea de pasivitate și la încetarea acesteia, se va realiza în mare măsură ceea ce dorește persoana respectivă. Problema care-l preocupă pe om se

va soluționa printr-un procedeu remarcabil și neașteptat. Realitatea îi va depăși așteptările.

Savanților sau artiștilor li se întâmplă destul de des să se oprească din lucru; ei stau în fața unei uși închise pe care le este greu să o deschidă, oricât ar încerca. Ei sunt nevoiți să-și amâne lucrul pentru un moment mai favorabil, în speranța că vor reuși altă dată să învingă toate dificultățile. Deși această pierdere de timp este dăunătoare, adesea ușa rămâne în continuare închisă și cele mai bune opere rămân neterminate sau pierd din forță și frumusețe. Dar, deși este grea, depășirea acestor momente – care de cele mai multe ori sunt foarte importante – merită mai multă atenție.

Fiecare dintre cei aflați într-o astfel de situație, să efectueze cu curaj exercițiile de concentrare a ideilor și de stare pasivă și intrarea se va elibera pentru el fără eforturi deosebite. Și în alte situații de viață aceste două stări pot oferi un însemnat ajutor. Cine va înțelege odată cum să le dirijeze, acela va ști să le utilizeze în toate momentele deosebite ale vieții. Pentru a obține asemenea rezultate, cel mai bine este, desigur, să ne acoperim ochii și urechile prin procedeele prezentate anterior, iar în cameră trebuie să fie liniște.

Dacă vom atinge starea de pasivitate în condiții de liniște absolută, vom putea avea intuiții și vom vedea raze luminoase, care devin din ce în ce mai strălucitoare.

Pentru a intra în aceste două stări, oriunde și în orice situație, trebuie să ne antrenăm în zgomotul cotidian ca să fim capabili, mai ales, să folosim aceste capacități în condiții de pericol.

Regula de bază trebue să fie antrenamentul în realizarea celor două stări oriunde, oricând – dacă persoana respectivă este singură sau în mijlocul mulțimii tumultoase.

În încheiere vă vom reaminti, încă odată, că nici un exercițiu, oricare ar fi, nu se va executa cu stomacul prea

plin. După ultima masă trebuie să treacă cel puţin o oră.

Insist din nou ca ucenicul să fie deosebit de silitor şi să acorde o deosebită atenţie în dezvoltarea ambelor stări psihice. Abia pe o treaptă ulterioară a evoluţiei sale, el va înţelege în mod clar cât de importantă şi de necesară este stăpânirea absolută a acestor două stări pentru educaţia forţelor superioare.

3. Exerciţiul de respiraţie

Respiraţia este un proces vital, deosebit de important. Fără respiraţie nu este posibilă nici un fel de viaţă. Cu cât este mai pur aerul şi cu cât mai adânc îl inspirăm în interiorul nostru, cu atât corpul nostru se va afla într-o stare fizică mai bună. Nu numai prin hrană punem la loc materia consumată, ci şi prin respiraţie. Acest fapt este cunoscut acum fiecărui şcolar.

Dar şi sufletul nostru respiră. Cu fiecare oftat noi introducem în interiorul nostru o cantitate oarecare de substanţă foarte fină, cu care este saturată din abundenţă întreaga atmosferă. Această substanţă extrem de fină şi insesizabilă ne înzestrează, datorită schimbărilor şi transformărilor pe care le suferă corpul nostru, cu capacităţi şi forţe proprii lumii spiritelor; acestea sunt capabile să influenţeze lumea materialului, dacă le vom pune în condiţii propice.

Când inspirăm adânc şi din plin, introducem în sânge o mare cantitate de oxigen, necesar vieţii. Odată cu aceasta noi inspirăm o cantitate mai mare de particule foarte fine de eter, care ne pătrunde corpul în întregime şi suferă acolo o oarecare transformare, înzestrând cu forţele şi capacităţile sale corpul nostru odic compus din materie fină şi învelişul nostru trupesc.

Acest corp din materie fină, denumit odic, se mai numeşte şi corp astral; premisele activităţilor sale nu sunt dezvoltate de majoritatea oamenilor, ca urmare a legării excesive de lumea materială; printr-o respiraţie adâncă şi deplină corpul odic (astral) primeşte un uimitor aflux de forţe capabil, peste câtva timp, să înfrângă împotrivirea corpului şi să formeze o putere, desigur nu spre răul omului.

În primul rând trebuie să ne străduim, prin exerciţii adecvate, să întărim fiinţa noastră astrală, pentru ca aceasta să preia dominaţia asupra noastră. Căci acest corp astral (odic) este purtătorul forţelor oculte şi cu cât acesta va acţiona mai puternic asupra noastră, cu atât vom folosi mai bine aceste forţe.

Oamenii respiră de obicei rar.

Pentru respiraţie folosim puţin timp. Un nou născut face într-un minut 44 de inspiraţii, un copil de 5 ani – aproximativ 26 de inspiraţii, iar un adult – doar 16 sau 17, deşi necesarul ar fi de trei ori mai mare. Şi acest număr redus de respiraţii se face, pe deasupra, în aerul viciat şi impur şi într-un mod total incorect.

Aerul este o substanţă hrănitoare deosebit de importantă, singura hrană pe care o avem şi pe care o ignorăm.

Deoarece majoritatea este nevoită, datorită serviciului, să-şi petreacă cea mai mare parte a zilei într-o încăpere strâmtă şi sufocantă sau într-o hală urât mirositoare, trebuie ca măcar o dată pe zi să recurgem la acest preţios aliment „aerian".

Dar cine se gândeşte la asta! După activitatea grea de peste zi se caută răgazul în spatele pipei fumegânde sau la o masă într-un local. Iată cum se îngrijesc oamenii de preţioşii lor plămâni! Aceştia pretind un sfert de oră de atenţie în 24 de ore şi sunt gata să răsplătească acest neînsemnat sacrificiu regeşte: cu forţă, sănătate, veselie şi capacitatea de depăşire a obstacolelor.

Omul interior reaminteşte toate acestea, căci el doreşte să fie sătul şi fortificat, pentru a ajuta trupul nostru şi a-l elibera de necazuri şi suferinţe – dar nu-l aude nimeni – şi el se împleticeşte pe un drum fals.

Dar noi eliberaţi de modul impropriu de viaţă al acestor oameni nefericiţi, dorim să păşim pe drumul nostru conştient în întâmpinarea adevărului; noi îl ascultăm cu atenţie pe omul interior ce sălăşluieşte în noi şi ne reaminteşte adevăruri de bază, înlăturăm cu bucurie toate obstacolele ce ne despart de acesta şi suntem gata să construim punţi prin care să obţinem, fără dificultate, unirea cu „eu-l " nostru sufletesc.

Vrem să ne întărim şi să ne purificăm cu ajutorul gimnasticii respiratorii, pentru ca fiinţa astrală şi prin aceasta, corpul nostru (primar material), să devină un minunat instrument pentru transmiterea ordinelor sufletului nemuritor.

Primele exerciţii trebuie să aibă ca scop învăţarea respiraţiei corecte, şi anume de sus în jos. În condiţiile modului nostru de respiraţie viciat, vârfurile pulmonilor încetează în orice caz, să funcţioneze. Dar noi trebuie să ne impunem întotdeauna să respirăm pe nas, dacă dorim să respirăm adânc şi complet; vom inspira deci numai pe nas şi vom expira pe gură.

Înainte de toate, în ceea ce priveşte exerciţiile de respiraţie, trebue să menţionăm că, în perioada caldă a anului, acestea trebuie efectuate, în majoritatea lor, la aer curat într-o cameră cu ferestrele larg deschise sau în apropierea acestora; în perioada rece a anului, înaintea exerciţiilor camera trebuie bine aerisită şi bine încălzită. Dacă în cameră este foarte cald, se poate lăsa o fereastră deschisă, dar fără a sta prea aproape de ea, astfel încât aerul rece de afară să nu pătrundă imediat în plămâni, ci să fie mai întâi încălzit.

Nu pot fi formulate aici reguli bune pentru toate cazurile; important este doar să se respecte regula principală –

evitarea inspirării aerului rece, ceea ce ar putea dăuna foarte mult.

Exerciţiile trebuie efectuate la o anumită oră, dar trebuie evitat aerul de seară. Nu se recomandă alegerea serii ca moment de desfăşurare a exerciţiilor, mai ales în anotimpul rece şi umed.

Următorul exerciţiu ar putea fi executat în picioare. Se întind mâinile orizontal, în lateral, apoi se încordează toţi muşchii mâinilor şi se ridică braţele în sus, astfel încât să se atingă una de alta în spatele capului. Apoi se ridică umerii în sus, se apleacă capul puţin pe spate şi golind de aer cutia toracică, se închide gura. În această poziţie se inspiră lent, pe nas, umplând cutia toracică, apoi se expiră aerul din nou pe gură. Acest exerciţiu se efectuează de la 8 la 10 ori, alternativ, timp de 8 zile, de atâtea ori pe zi de câte ori este posibil. Totodată, se încearcă o inspiraţie puternică pe o singură nară, astupând-o pe cealaltă cu vată.

După ce ne-am obişnuit suficient cu respiraţia adâncă şi completă, trebuie să reţinem aerul cât mai mult în plămâni; desigur, mâinile trebuie să rămână permanent prinse una de cealaltă, la ceafă.

La început putem respecta următorul program. Inspirăm timp de 10 secunde, menţinem aerul în plămâni timp de alte 10 secunde şi expirăm lent, încă 10 secunde. Apoi se adaugă fiecărei etape câte 2 secunde, cât este posibil, dar sunt interzise orice fel de excese. După 10 sau 14 zile, exerciţiul trebuie schimbat astfel, încât ucenicul să se culce, dar mâinile rămân prinse una de alta la ceafă. În etapa de menţinere a aerului în plămâni, se dilată obligatoriu abdomenul – între ultima pereche de coaste şi ombilic şi apoi întreaga cutie toracică. Se procedează astfel:

Se dilată la maxim abdomenul şi totodată, se goleşte puternic cutia toracică, pentru ca în secunda următoare să se dilate toracele şi să se golească abdomenul de aer. În

acest loc se află plexul solar (Plexus Solaris), principalul nod de nervi simpatici, care, datorită acestui exercițiu, ajunge într-o stare de benefică excitație, ceea ce la rândul său, are o puternică influență asupra funcției psihice a omului. Misticii antici considerau, în unanimitate, că plexul solar se află în strânsă dependență cu ființa astrală și capacitățile acesteia, ceea ce trebuie să ne facă să acordăm atenția maximă acestui exercițiu.

Este necesar să reținem ferm respirația la trecerea aerului din cavitatea toracică în cea abdominală; la început se fac 5-6 asemenea exerciții, apoi se sporesc încet până la 10-15. Aerul trebuie expirat încet pe gură. Întregul exercițiu trebuie efectuat de 8-10 ori pe zi. Dacă ne-am acomodat oarecum cu acest exercițiu, el poate fi efectuat în pat dimineața la trezire sau seara la culcare. De asemenea la orele obișnuite pentru exerciții, acestea vor fi efectuate în poziția „în picioare". Exercițiile executate în pat este de dorit să fie continuate, deoarece mai târziu, îmbinate cu concentrarea gândurilor, ele vor putea soluționa probleme foarte complexe, așa cum vom constata în capitolul următor.

După un interval oarecare de timp, în timpul zilei se poate efectua următorul exercițiu: la inspirarea aerului se răsucește capul spre spate și se menține astfel în intervalul în care se ține respirația, iar la expirație se revine cu capul în poziția normală. Durata acstui exercițiu trebuie să fie egală cu cea a exercițiului de respirație obișnuită; toate exercițiile pot fi repetate de 6 până la 10 ori.

O săptămână se fac antrenamente alternativ, când în gimnastică respiratorie obișnuită, când după metoda numită „plexus"; ceea ce trebuie reținut este că toate cele trei tipuri de exerciții se efectuează în poziția „în picioare".

În continuare, se recomandă cu insistență ca, după fiecare masă să se facă o inspirație profundă. Foarte curând se va observa influența pe care o are acest exercițiu de respirație asupra digestiei.

Ucenicul va face bine dacă-și va încărca plămânii cu aer proaspăt în timpul nopții. Cei ce s-au obișnuit să doarmă cu ferestrele închise trebuie să fie foarte precauți în perioada rece a anului; ei trebuie să se obișnuiască treptat cu aerul rece a nopții, având grijă ca fluxul de aer rece să nu ajungă direct la ei. Cel mai bine este să fie două camere, pentru a deschide într-o primă etapă doar un geam în camera de alături, lăsând ușa dintre camere deschisă.

Mai târziu în locul exercițiului matinal de tip „plexus" se pot face alte exerciții. În camera alăturată se lasă fereastra deschisă pentru a menține o temperatură adecvată în încăperea în care se fac exercițiile, pe toată perioada rece a anului. Acest lucru trebuie să ne preocupe la toate exercițiile efectuate în pat, seara la culcare sau dimineața la trezire.

Deci, se începe cu cunoscutul exercițiu de respirație, dar fără a duce și a uni mâinile la ceafă, ci dimpotrivă, mâinile trebuie să rămână liniștite pe lângă corp. În secundele în care se reține respirația, toți mușchii se încordează, dar nu deodată, ci pe rând, dar atât de tare cât poate ucenicul. Se începe cu mușchii mâinilor și se trece treptat la ceilalți mușchi supuși voinței noastre, până la picioare. Numai mușchii capului și gâtului trebuie să rămână neîncordați.

Dacă ucenicul va simți după un timp oarecare că nu mai poate să-și țină respirația, el își relaxează lent toți mușchii și expiră prin procedeul cunoscut.

Acest exercițiu este foarte important și nu trebuie omis; ulterior el trebuie reluat din când în când.

Pentru a-și ușura exercițiile de expirație, ucenicul poate recurge la un procedeu util celor care nu pot respira lent. Chiar la începutul procesului de evacuare a aerului se va face o mică inspirație. Deci, se execută o mică inspirație, după care se continuă expirarea lentă a aerului și se reușește astfel menținerea timp mai îndelungat a aerului în plămâni.

Încă odată trebuie să menționăm necesitatea unei maxime prudențe în evitarea exceselor de orice fel. Un prea mare zel poate produce mult rău. Durata tuturor exercițiilor va fi mărită treptat, cu foarte mare grijă. În nici un caz nu trebuie să se ajungă la senzații dureroase.

Experiența ne atestă dependența excepțională a voinței de procesul de respirație. Preoții egipteni și persani includeau arta respirației în tainele sfinte, aducându-o la un înalt grad de perfecționare. Noi știm că și adepții exercițiilor de yoga pun mare preț pe exercițiile respiratorii, care au un mare rol în minunile realizate de ei.

Din următorul capitol se va vedea, de asemenea, cât de important este ca ucenicul să fie deosebit de silitor în studierea artei respiratorii, deoarece, alături de conducerea gândurilor, aceasta îi va trezi forța care, folosită în mod inteligent, va conduce la realizarea numeroaselor dorințe ale acestuia.

4. Privirea magnetică

În ochii omului se ascunde o mare și minunată putere. Cu cât privirea este mai calmă și mai luminoasă, cu atât fluxul odic, care izvorăște din ochi, transmite mai bine dorințele și cu atât este mai mare influența pe care acești ochi o pot avea asupra celor din preajmă. Acestea se observă adesea în viața de fiecare zi. Există persoane care subjugă pe toată lumea cu privirea. Ei s-au convins ce putere mare au ochii lor, dar nu-și dau seama în ce fel se obține acest efect, deoarece ei văd că ochii lor sunt la fel ca ochii celorlalți oameni. Ei nu știu că posedă din naștere capacitatea concentrării privirii odice, căci forța lor se bazează doar pe privirea magnetică centralizată.

Dar fericiții cărora le este dată încă de la naștere această proprietate sunt foarte puțini.

Ceilalți pot căpăta această proprietate prin exerciții corespunzătoare. Ceea ce alții au din naștere, ceilalți pot căpăta prin voință și stăruință. Natura nu părtinește pe nimeni și dă fiecăruia capacități. În noi toți se ascund forțe egale și scopul Providenței constă în folosirea acestei forțe de cât mai mulți, cu multă răbdare și silință, în scopul progresului etic.

Un novice, cât și doritorii de a parcurge toate capitolele acestei cărți, trebuie să depună mult efort pentru a-și dezvolta privirea magnetică.

Oricine are nevoie de această prrivire. Un negustor, un educator sau un militar, oricine va avea de câștigat prin această artă a privirii. Un om de afaceri care stăpânește acest fel special de privire își va depăși cu ușurință concurența și va înregistra numai succese în relațiile cu clienții săi. Un pedagog va primi un ajutor neprețuit prin această privire, pe care n-o va putea ocoli nici un vinovat.

Și mulțimea se supune privirii odice concentrate și se pleacă în fața puterii sale. Foarte curând calitățile acestei priviri vor fi prețuite de pedagog ca și de ostaș. Multe personalități istorice au stăpânit această privire și ei i-au datorat în cea mai mare parte succesul lor. Pentru jurişti o privire concentrată reprezintă o necesitate. Forța acestei priviri este uneori mai mult decât suficientă pentru a duce un criminal înveterat pe calea mărturisirii.

Peste tot unde pătrunde lumina adevărului se descoperă însemnătatea privirii odice. Un magician nu se poate lipsi de forța privirii. Privirea magnetică este cea care pune în mișcare toate obiectele. Această privire stă la baza clarviziunii, fiind de ajutor și în ceea ce privește forța de vindecare odică, deoarece ochii au un rol foarte important în vindecarea celor bolnavi.

Ucenicul află foarte repede câtă însemnătate are această privire magnetică în ceas de primejdie; după un timp oarecare de antrenament el va constata succesele pe care le obţine, mai ales în asocierea cu concentrarea activă. Această artă a privirii poate fi adusă la un asemenea grad de perfecţiune, încât ucenicul va reuşi să îndepărteze tot ce se îndreaptă cu gând sau intenţii rele asupra sa, fie fiară sau om. Aici dispunem de un mijloc foarte puternic, cu ajutorul căruia putem face inofensiv tot ce ne este ostil. Magii secolului trecut foloseau această forţă pentru propria lor protecţie.

Este doar păcat că acest mijloc poate fi folosit în scopuri dăunătoare, ca şi celelalte capacităţi oculte, deoarece însuşirea lor nu necesită o evoluţie etică de înalt nivel. Aşa numiţii „ochi răi" reprezintă folosirea în scopuri rele a acestei capacităţi.

În diferite manuale, de cele mai multe ori americane, magnetismul personal atât de lăudat nu este altceva decât privirea concentrată, legată de concentrarea gândurilor. Expresiile „privirea magnetică, privirea odică, privirea centrală sau privirea concentrată" semnifică, de cele mai multe ori, acelaşi mod de a privi, dar prin denumirea „privire magnetică sau odică" trebuie să înţelegem, de fapt, o reunire a privirii centrale cu o concentrare activă a gândurilor.

Privirea odică se bazează, în primul rând, pe proprietatea denumită privire centrală.

O privire aruncată în oglindă ne arată cât de greşit privim. Dacă vom fi atenţi la modul în care privim imaginea noastră în oglindă, vom constata că trebuie să îndreptăm privirea într-un anume loc de fiecare dată când dorim să examinăm mai întâi în amănunt obiectul respectiv. Dacă privim în ochii imaginii noastre din oglindă, spre exemplu, partea inferioară a feţii ne apare oarecum neclară şi estompată.

Când ne îndreptăm privirea spre mijlocul unui obiect trebuie să distingem clar toate detaliile, chiar cele mai neînsemnate, fără a modifica nici un pic poziţia ochilor.

Acum trebuie să revenim la imaginea noastră din oglindă şi vom menţine ochii imobili, fixaţi în ochii imaginii noastre; peste un timp oarecare vom începe să distingem cu claritate şi celelalte detalii ale feţii. Fiecare punct al conturului feţii noastre îl vom vedea la fel de distinct, ca şi cum ochii noştri ar fi îndreptaţi în punctul respectiv.

Acest lucru pare foarte dificil, dar se poate învăţa destul de repede. Este greu, în general, să ne debarasăm de mobilitatea ochilor, dar este foarte necesar. Ochii degajă o mare forţă odică. Acest flux, care poate avea o mare influenţă datorită unei concentrări adecvate a voinţei, se întrerupe mereu din cauza unei prea mari vioiciuni a privirii şi forţa lor scade.

Această pierdere a forţei este datorată atât globilor oculari, cât şi ploapelor şi tuturor muşchilor care înconjoară ochiul.

Aproape toată lumea are o oarecare nervozitate şi nelinişte a ochilor. Pare că nu prea depinde de noi stăpânirea mişcărilor ochilor şi a pleoapelor. La aproape fiecare mişcare a globilor oculari tresar şi pleoapele, ceea ce pune în mişcare toţi muşchii frunţii.

Cât este de măreaţă, de superioară privirea unui om! Ce mult promite şi ce multă siguranţă ne dă, când este calmă, luminoasă şi limpede, dar cât de schimbătoare, de nesigură şi de neplăcută este o privire datorită tresăririlor şi clipirii permanente a pleoapelor. Ca primă măsură trebuie să ne dezvăţăm complet de aceasta.

Privirea centrală depinde de dominarea absolută a mişcărilor ochilor.

Deci, pentru a dirija mişcările ochilor şi ale muşchilor ce-i înconjoară şi a le supune voinţei noastre, trebuie să efectuam următoarele exerciţii.

Pe o foaie de hârtie albă se desenează un cerc negru de mărimea unei monede de 50 de bani. Apoi se măsoară distanța de la podea la cap, în poziție șezând. La această înălțime se fixează coala de hârtie cu desenul. Apoi cel ce se antrenează se așează în dreptul foii cu desenul, la o distanță de circa 2-3 metri. Ucenicul își îndreaptă ochii spre cercul desenat, astfel ca ambii ochi vor fixa cercul negru.

Scopul acestui exercițiu este ca un anumit interval de timp să nu se permită mișcări ale globilor oculari și ai pleoapelor. Desigur sunt interzise orice tresărire și clipire. Ochii trebuie menținuți cu fermitate și perseverență ațintiți asupra cercului negru, de parcă acolo s-ar produce o minune sau ceva deosebit; ucenicul va fi atât de preocupat în ceea ce privește desenul de parcă tot ce se află în dreaptă și în stânga nu ar conta pentru el.

Cei pentru care acest exercițiu pare prea dificil pot recurge la ușoare mișcări ale frunții, dar în nici un caz nu se vor admite mișcări ale ochilor, schimbarea poziției lor sau clipirea. Pleoapele și globii oculari trebuie să rămână nemișcate; nici lacrimile care apoi vor dispărea, nu trebuie să schimbe ceva.

Exercițiile se continuă timp de aproape 14 zile câte o repriză zilnic, indiferent de momentul ales. Nu se execută exercițiile la lumina artificială, care obosește ochii foarte mult.

În primele zile durata unui exercițiu de antrenament este de trei minute, apoi se adaugă câte un minut. După 14 zile exercițiul din fiecare a doua zi se amână pentru ziua următoare.

Ucenicul stă în aceiași poziție ca la început, iar desenul cu cercul se deplasează mai întâi spre dreapta, apoi spre stânga, cu aproximativ 1-1,5 metri de la poziția inițială, la aceiași înălțime. Deoarece poziția ucenicului rămâne neschimbată, privirea lui cade exact în locul ocupat anterior

de cerc. Apoi se deplasează lent privirea până când cercul va fi fixat de ambii ochi. De menționat că poziția capului și a corpului celui care privește nu trebuie să se modifice. Numai ochii se vor deplasa sub un unghi de circa 40 de grade.

Ambele exerciții vor fi efectuate alternativ, până când ucenicul va fi capabil ca maximum 10 minute să fixeze perfect imobil cercul desenat.

Mai târziu se poate renunța la cerc și orice obiect poate servi la exercițiu.

În continuare ucenicul se poate ocupa de vederea centrală.

Ucenicul se va așeza în fața oglinzii și va privi propria imagine cu nemișcarea unei statui de marmură. Se privește cu ambii ochi simultan, între sprincenele imaginii din oglindă. În primele zile este bine ca punctul în care privim să fie marcat cu dermatograful. Se privește punctul respectiv timp de 3 minute, la fiecare 3-4 zile adăugând câte un minut (până la 15 minute); ucenicul va rămâne perfect imobil, astfel ca după un timp să poată fi văzută perfect întreaga față, cu toate detaliile, deși se privește exclusiv în punctul dintre sprincene.

O etapă superioară este contemplarea animalelor domestice și a celor apropiați. Privind ființe vii vom putea să ne convingem de puterea pe care o are privirea noastră antrenată. Privirea ne poate fi de folos, îndeosebi dacă ne vom strădui să insuflăm celor din jurul nostru o anumită dorință. Ucenicul va reuși să obțină îndeplinirea dorințelor sale, dacă exprimarea lor va fi însoțită de privirea centrală, care le va da forța de convingere necesară.

Se recomandă folosirea acestei priviri doar când ucenicul vorbește între patru ochi cu cineva; cât timp vorbește interlocutorul, ucenicul va trebui să se abțină și să nu folosească privirea centrală, pentru a nu-l intimida. Cu

ajutorul puterii centrale putem afla adevărul, ea determină pe cel în cauză să spună adevărul. Folosirea privirii centrale trebuie însoţită de o vorbire clară, calmă şi limpede, ceea ce-i sporeşte efectul de sugestie.

De aceea trebuie să ne obişnuim să vorbim clar, calm şi să ne exprimăm gândurile cu precizie. Dacă într-o primă etapă în cursul exerciţiilor ochii vor lăcrima şi vom simţi usturimi în ochi, să nu ne imaginăm că exerciţiile le dăunează. În majoritatea cazurilor la antrenamentele ulterioare, aceste fenomene vor disparea. Se recomandă zilnic efectuarea de spălături ale ochilor, mai întâi cu apă caldă iar apoi cu apă rece.

Zilnic, dimineaţa şi seara, se cufundă faţa într-un vas cu apă şi se deschid ochii uşor, astfel încât să se vadă fundul vasului. Vasul trebuie să fie suficient de adânc, pentru ca faţa să fie în întregime cufundată în el.

Durata acestui exerciţiu depinde de capacitatea fiecăruia de a-şi menţine respiraţia sub apă şi poate fi adusă cu uşurinţă la un minut. Cufundarea se poate repeta de 6-7 ori în cursul unui antrenament.

Exerciţiile de respirat sunt foarte utile în învăţarea procedeelor de spălare a ochilor prin cufundarea în apă.

Pentru ochii obosiţi şi cu vederea slăbită recomand aici un mijloc totdeauna eficace, deosebit de simplu, apreciat de strămoşii noştri.

Se pregăteşte un decoct dintr-o mână de plante *Euphrasia officinalis*. După răcire se adaugă la apa din vasul folosit pentru băile de ochi. De asemenea, pe timpul nopţii, aceste comprese pot fi legate la ochi cu o faşă. Ochii devin foarte luminoşi şi curaţi, iar privirea capătă o deosebită forţă.

Această plantă are flori mărunte; ea poate fi întâlnită aproape oriunde cresc păşuni; ţăranii nu sunt prea bucuroşi când o întâlnesc, deoarece ea alungă toate celelalte plante

furajere. În stare uscată ea poate fi cumpărată de la magazinele Plafar, dar cel mai bine este să o culegem în luna august, în stare proaspătă.

De asemenea, se recomandă, după fiecare tratament, timp de un minut, să se privească în depărtare, astfel încât nici un obiect să nu fie clar cuprins în câmpul vizual. Aceasta întăreşte mult ochii şi trebuie să se reia după fiecare activitate care solicită mult ochii, de exemplu pe timpul cititului timp îndelungat, scrisului, lucrului manual – cusut, brodat, croşetat.

Totuşi privirea centrală nu poate fi încă folosită. Pentru a nu-şi pierde influenţa deosebită, privirea trebuie să cadă nemijlocit pe un anumit obiect.

Pentru a realiza aceasta există un mijloc minunat. Se caută o încăpere în care se află multe tablouri de dimensiuni destul de mari, reprezentând portrete de bărbaţi şi femei. Apoi ucenicul se aşează în faţa lor şi priveşte un astfel de portret cu privirea centrală, timp de un minut.

Esenţa acestui exerciţiu constă în variaţia rapidă. După ce ucenicul a privit timp de un minut o imagine, îşi mută rapid privirea şi, fără a şi-o fixa asupra altui obiect, o fixează apoi asupra tabloului din faţă, fixându-l pe acesta timp de un minut; se repetă apoi trecerea rapidă a privirii spre un alt portret şi aşa mai departe. Trecerea de la un tablou la altul se face transversal şi cruciş şi foarte repede. Desigur exerciţiile nu trebuie efectuate până la epuizare. Ele nu trebuie să depăşească mai mult de 10-15 minute.

Pentru a progresa mai rapid, acest exerciţiu, ca şi băile de ochi, pot fi efectuate grupat. Acum ne propunem să căpătăm o privire perfect centrală sau o privire odică concentrată. În acest sens trebuie continuate exerciţiile în faţa oglinzii, concentrând în ochi sentimentele şi gândurile.

Pentru noi nu este dificil să menţinem ferm şi fix privirile aţintite într-un punct; acum va trebui să învăţăm privirile noastre ferme cu o anumită expresie şi diferite

sentimente: dragoste, prietenie, veselie, ură, furie, durere, suferinţă, pe care trebuie să le exprimăm din priviri şi cu emanaţiile odice, să transmitem acestea imaginii din oglindă.

Deci este necesară concentrarea intensă a privirii. Ucenicul, îşi imaginează de pildă, că imaginea din oglindă este un om viu, care are un trup, pe care îl cunoaşte bine şi faţă de care simte o mare dragoste şi simpatie.

Trebuie să recurgem la o puternică autosugestie că în oglindă nu este de fel propria noastră imagine, ci o persoană reală, străină de noi, pe care o fixăm cu privirea centrală şi căreia ne străduim să-i transmitem, prin intermediul privirii, bunele noastre sentimente.

Sau vedem în oglindă pe propriul nostru duşman. În acest caz procesul gândirii este următorul: timp îndelungat acest duşman s-a străduit pe ascuns – şi poate, a şi reuşit uneori – să ne facă rău, oriunde s-a putut. Acum el este în puterea noastră şi trebuie pedepsit cu privirea. Îi transmitem din ochi cât de mult îl dispreţuim şi cât de drastic îl vom pedepsi pentru toate relele făptuite.

Cu cât vom fi mai capabili să ne concentrăm gândurile pe o anumită mişcare a sufletului, cu atât mai puternic va fi efectul, lesne de controlat pe imaginea din oglindă.

Nu trebuie să recurgem la contracţii inutile ale muşchilor faciali. Trebuie să se acorde o atenţie serioasă ca toţi muşchii faciali, chiar şi când trebuie exprimate pasiuni puternice şi stări sufleteşti deosebite, să rămână perfect liniştiţi şi imobili.

Dacă, după îndelungate exerciţii, ucenicul este capabil să îndeplinească această cerinţă în mod perfect, el îşi încearcă puterea în devenire a privirii sale şi concentrarea voinţei, legată de aceasta, pe fiinţele vii, la început pe cele mărunte – păsări, pisici – apoi pe câini, cai.

Dacă simţim o putere puternică, ne putem permite să asmuţim câinele rău al vecinilor şi apoi să-l potolim cu puterea privirii noastre.

Cine a încercat această putere măcar o singură dată, poate să găsească singur diferite situaţii, pentru a aprofunda studiul şi a face numeroase exerciţii. El se poate pune dinadins în diverse situaţii dificile sau neplăcute şi chiar primejdioase, de exemplu în mijlocul unor oameni necioplţi şi inculţi, pentru a-şi proba pe ei puterea şi a învăţa utilizarea cu folos a forţelor sale trezite la viaţă. Ucenicul poate efectua întocmai aceste percepte sau le poate modifica, în funcţie de individualitatea sa.

Căile pot fi cele mai diferite, dar scopul este atins de cel ce are o voinţă de neclintit.

Ucenicul îşi construieşte singur exerciţiile care îi par cele mai potrivite personalităţii sale. El nu va greşi în alegerea lor, doarece scopul şi orientarea îi sunt cunoscute, dar nu i se interzice să meargă spre acest scop pe propriul său drum, dacă va păstra puţinele exerciţii de bază prezentate în acest manual.

Numeroşi sunt cei care au un bun prieten, soţ sau soţie, care se interesează în egală măsură de dezvoltarea lor ocultă; în curând ei vor învăţa să se ajute unul pe altul, iar după seria de exerciţii cu imaginea din oglindă şi cu vederea centrală, iar apoi magnetică, pot exersa unul pe celălalt.

În acest mod ei se pot dezvăţa de clipitul des şi de alte obiceiuri similare, efectuând în comun exerciţiul următor.

Cei doi se aşează unul în faţa celuilalt şi se privesc intens, cu atenţie. Unul dintre participanţi are datoria să abată permanent privirea celuilalt, desenând cu mâinile, diferite figuri sau bătând pe neaşteptate din palme. De asemenea mişcă repede şi prin surprindere palmele cu degetele răsfirate în faţa ochilor celuilalt (la distanţă de numai un centimetru), sau se face că ar dori să-i bage degetul arătător în ochi. Acest exerciţiu se repetă de mai multe ori, până când celălalt reuşeşte să privească perfect liniştit, fără a clipi sau a mişca ochii.

După un sfert de oră rolurile se inversează, pentru ca ambii ucenici să-şi dezvolte în mod egal capacităţile oculte.

Uneori se consideră util ca în prealabil, să se efectueze următorul exerciţiu.

Asezându-se în faţa cercului desenat (din exerciţiile anterioare), ucenicul trebuie să privească drept şi fix, iar apoi, fără aş schimba poziţia corpului, se roteşte în permanenţă capul. Scopul acestui exerciţiu este ca, fără a ţine seama de mişcările capului, să nu se permită pierderea cercului din câmpul vizual.

Un alt exerciţiu util este următorul: ucenicul se aşează în picioare la un perete şi-şi mută repede privirea de la un obiect la altul, spre dreapta şi spre stânga, în sus şi în jos, în zig-zag şi în cruce.

Scopul este de a cuprinde cu privirea, cu maximă claritate, fiecare obiect astfel explorat.

Fiecare poate completa setul de exerciţii după propria orientare. Scopul principal este de a reuşi să-şi înzestreze privirea cu voinţă. Persoanele sfioase şi supuse, sperioase, agitate şi nesigure trebuie să devină energice, pline de forţă interioară, pe care o radiază în jur.

5. Forţa dorinţei

Acest termen a fost introdus de „neuropsihologii" din America. Prin acest termen trebuie să se înţeleagă unirea capacităţilor studiate până acum cu voinţa concentrată, capabilă să conducă la îndeplinirea a ceea ce pare imposibil, de neatins.

Termenul de „forţă a dorinţei" păcătuieşte, de fapt, prin inexactitate.

Ceea ce rezultă din totalitatea acestor forţe nu este dorinţa, ci o voinţă decisivă, neabătută care datorită concentrării gândurilor şi a exerciţiilor de respiraţie, iar în unele cazuri cu concursul privirii odice, este capabilă să se transforme într-o putere care subjugă tot.

Desigur, nu este uşoară unirea tuturor acestor factori în vederea atingerii scopurilor propuse, dar, în primul rând, este necesar exerciţiul.

La început, exerciţiile trebuie bazate pe dorinţe foarte modeste, uşor de îndeplinit, de îndeplinirea cărora suntem oarecum convinşi.

Dacă exerciţiile sunt începute cu dorinţe prea mari în comparaţie cu forţa dobândită, un eşec, perfect normal, ar avea un efect atât de puternic, încât ar putea zdruncina încrederea ucenicului.

Oarecum, la început vor fi o serie de eşecuri, dar ele sunt uşor de depăşit, dacă se referă la problemele de importanţă secundară.

Dacă, datorită exerciţiilor efectuate, forţa creşte, în curând va apare şi succesul, iar odată cu el încrederea în forţele proprii.

Această forţă îl eliberează pe om de karma sa întâmplătoare, în afara celei reale, făcându-l stăpânul sorţii sale. Cu ajutorul acestei forţe omul îşi poate îmbunătăţi situaţia materială, îşi poate face viaţa mai plăcută. Cu ajutorul acestei forţe el se poate împotrivi cu succes tuturor bolilor cu care „buna" noastră planetă îşi torturează creaturile.

Această forţă poate vindeca toate bolile. Fiecare devine un medic infailibil pentru sine.

El nu va mai avea nevoie să-şi împovăreze trupul şi aşa slab cu toxine de tot felul, care-l duc la îmbătrânire prematură şi descompunere înainte de vreme.

Această forţă este capabilă, în continuare, să ne îmbunătăţească situaţia materială. Aplicarea sistematică a puterii

dorinţei în acest sens ne poate înconjura, pe traseul vieţii noastre, de ceea ce ne va aduce bunăstare şi fericire.

Cei ce au serviciu se vor dovedi în curând atât de utili, încât vor primi o distincţie de la şeful lor, se vor bucura de şi mai multă încredere şi în curând vor îndeplini sarcini care le vor aduce cinstire şi o situaţie marterială şi socială superioară. Un întreprinzător independent – meseriaş, artist, savant – va constata că, în scurtă vreme, toate lucrurile lui devin împliniri, el se va bucura de atenţia tuturor cu maximum de avantaje pentru el. În locul nesiguranţei, a laşităţii şi insuccesului vor apare energia şi bunăstarea.

Dar această forţă este un aliat mai puternic al celor care se străduiesc să atingă un nivel superior de dezvoltare morală. Lupta împotriva pasiunilor, viciilor sufleteşti şi trupeşti va deveni mai uşoară, va conduce mai rapid la succes decât dacă această forţă nu ar folosită.

Utilizând această forţă vor fi foarte puţine recidive şi drumul triumfal spre adevăratele virtuţi îi va umple ucenicului sufletul de bucurie şi luminoasă fericire.

O gospodină, o soţie şi mamă grijulie va avea un imens folos de pe urma aplicării permanente a forţei dorinţei asupra celor aflaţi în grija sa. Datorită acesteia, ea poate influenţa sănătatea şi dezvoltarea trupească a celor dragi; cu ajutorul voinţei ea reuşeşte să alunge din locuinţă – mica lor lume – tristeţea şi neînţelegerile, să umple această lume cu lumina soarelui, veselie şi fericire. Şi cât de uşor reuşeşte oricine din cei ce-i stau în preajmă, cu ajutorul ei, să alunge şi să se ferească de gânduri şi fapte deşarte.

Cea mai mare fericire este atinsă de o mamă, dacă ea a dezvoltat proprietatea de forţă a dorinţei şi ştie să o folosească corect, imediat ce a simţit că este însărcinată. Pentru ea fericirea va deveni curând palpabilă, ca şi pentru viaţa care se naşte. Ea va căpăta astfel posibilitatea ca, încă înainte de naştere, să se ocupe de fericirea odraslei

sale. Evoluţia trupului permite, de asemenea să se acţioneze în cel mai bun mod asupra sa.

Dar forţa dorinţei conduce la o fericire şi mai mare. Ei îi sunt proprii proprietăţi uimitoare. Forţa dorinţei nu va mai da nici un rezultat, dacă se doreşte folosirea sa în mod abuziv, în scopuri egoiste sau pentru a face rău celor apropiaţi.

Nici un zgârcit, nici un răufăcător nu şi-ar putea atinge scopul cu ajutorul forţei dorinţei.

Dorinţa datorită căreia această forţă începe să lucreze, chiar dacă serveşte unor interese materiale modeste, are la bază principiui etice. Dorinţa de îmbogăţire va rămâne fără rezultat, dar ceea de a obţine o modestă bunăstare, cu asigurarea existenţei , se va îndeplini, desigur. Dorinţa de a găsi în sfârşit la fiinţa adorată un răspuns la iubirea curată, plină de sacrificiu de sine, se va îndeplini fără îndoială. În schimb s-ar înşela cel care ar crede că va căpăta, cu ajutorul forţei dorinţei, puterea de a provoca pasiuni josnice. Cine ar dori să folosească forţa dorinţei pentru a prejudicia viaţa, cinstea şi fericirea celor din jur poate fi sigur de un insucces total şi ar putea avea de suferit de la reflectarea dorinţelor şi pasiunilor sale josnice.

Mulţi mistici din vechime au verificat toate acestea pe exemplul propriei lor vieţi şi sănătăţi. Nu există proverb mai adevărat în ceea ce priveşte forţa dorinţei ca: „Cine sapă groapa altuia, cade el singur în ea".

Trebuie să menţionăm, de asemenea, că uneori dorinţele, cu toate că sunt cele mai curate, nu se îndeplinesc, chiar dacă exerciţiile au fost efectuate cu exactitate. În acest caz trebuie să fim convinşi că este efectul karmei. Soarta rămâne neschimbată în toată viaţa omului şi rămâne neschimbată cu toate eforturile lumii întregi. Acest lucru devine posibil doar pentru omul însuşi şi doar atunci când acesta, datorită înaltei sale moralităţi, devine stăpânul

propriei sale sorţi. Omul îşi făureşte propria fericire numai în cazul în care ştie să se educe pe sine, dacă este în stare, prin puterea care biruie totul şi printr-o voinţă de fier, să izgonească din el tot ce ce este rău şi vicios.

Deci, pentru a învăţa folosirea directă a forţei dorinţei, este necesar să se practice următorul exerciţiu:

Se ia sau se confecţionează ceva asemănător unui pupitru – o scândurică cu dimensiunile de circa 25 sau 30 centimetri lungime, se prinde în spate o scândurică mai mică, drept suport. Pe faţa acestui pupitru improvizat se prind cu pioneze foi de hârtie, pe care s-a scris cu litere mari, citeţ dorinţa sau dorinţele de tipul:

„Vreau să-mi birui proasta dispoziţie. Începând cu ziua de azi vreau să fiu şi să rămân mereu, chiar şi în nenorocire, vesel. Vreau să înfrâng în mod energic orice dezechilibru şi să nu-i permit să revină, nici să sporească. Am hotărât în mod ferm să fiu de acum înainte armonios". Sau „Doresc ca să devină mai sigure şi mai puternice capacităţile mele sufleteşti. Vreau să am o înţelegere rapidă şi precisă şi o memorie minunată, absolut fidelă. Încetineala şi lenea mea psihică trebuie să dispară, iar Capacităţile mele sufleteşti se vor dezvolta şi vor funcţiona în cel mai bun mod". Şi aşa mai departe. La început trebuie alese numai dorinţe cu caracter spiritual, deoarece dorinţele cu caracter material necesită o evoluţie mai puternică a forţei dorinţei şi o voinţă bine formată.

Zilnic la un anumit moment, ucenicul se duce în camera izolată, se îngrijeşte de accesul aerului curat şi îşi scoate veşmintele care-i stingheresc mişcările.

Pe timp de iarnă încăperea trebuie încălzită, dar trebuie totuşi facilitat accesul aerului curat.

După ce şi-a scos hainele mai strâmte, ucenicul se va înfăşura într-o pătură sau cuvertură călduroasă, care să nu-i stinghereasă mişcările sau respiraţia.

Apoi ucenicul se culcă pe pat sau sofa. Poziţia va trebui să fie întins, dar suficient de comod, având sub ochi inscripţia de pe pupitru. La nevoie pupitrul se aşează astfel, încât să fie vizibil fără nici un efort.

Acum, prin procedeul cunoscut, se vor relaxa toţi muşchii: în continuare, gândurile se vor îndrepta cu toată forţa spre conţinutul dorinţei, după procedeul studiat de concentrare, în timp ce ochii trebuie să rămână fixaţi pe inscripţie. Totodată trebuie efectuate exerciţiile de respiraţie, astfel încât toată dorinţa să fie formulată în timpul unei respiraţii şi a unei expiraţii. Iniţial acest exerciţiu se va efectua de 6 până la 8 ori la rând, apoi se creşte numărul exerciţiilor până la 15 (după numai o zi).

Dacă şi acest exerciţiu poate fi efectuat fără nici o pauză, se poate face un pas înainte şi se poate efectua exerciţiul, stând în picioare în faţa mesei. Pe toată durata desfăşurării exerciţiului nu ne mişcăm, deorece stând liniştit în picioare, se poate realiza o relaxare a muşchilor. Pupitrul trebuie să fie aşezat mai sus, pentru a nu fi nevoie să se încline capul prea mult.

Dacă se însuşeşte cum trebuie acest exerciţiu, se lasă pupitrul cu inscripţia şi pe timpul exerciţiului de respirat, gândurile se concentrează exclusiv asupra dorinţei care ne preocupă.

Acesta este procedeul obişnuit, folosit de o persoană care are o anumită experienţă, dacă vrea să pună în funcţiune forţa dorinţei.

Prin exerciţiile precedente, ucenicul a căpătat deprinderea de a se împotrivi acţiunii exercitată de lumea exterioară asupra organelor noastre de simţ, de aceea el trebuie să folosească forţa dorinţei în orice poziţie, în orice situaţie şi în orice moment.

Dar rezultatul acestor experienţe nu poate apărea imediat, dintr-o dată, numai în rare cazuri experienţele de

acest fel sunt rapid încununate de succes; în majoritatea cazurilor exerciţiile trebuie reluate de mai multe ori, înainte ca dorinţa să se îndeplinească. Pentru a trezi forţa dorinţei, trebuie să ne retragem în camera noastră liniştită.

Dacă ne frământă vreo dorinţă, trebuie să depunem multă stăruinţă pentru ca ea să se îndeplinească, ne vom aşeza în poziţia „culcat", pentru că trebuie să provocăm o deplină relaxare a muşchilor, iar concentrarea devine şi mai intensă.

Principala sarcină a ucenicului, dacă vrea să aibă de pe urma cunoştinţelor un real folos, constă în a folosi forţa dorinţei pentru întărirea, menţinerea sănătăţii proprii şi forţa trupului. Se spune că într-un corp sănătos sălăşluieşte un suflet sănătos. Cine vrea să ajungă la adevăratul sens al acestui proverb, nu trebuie în nici un caz să înţeleagă că fiecare om care aparent este sănătos, un om puternic dar ignorant, trebuie să aibă un suflet minunat elevat. Experienţa ne învaţă că nu întotdeauna este aşa. Ar trebui în acest caz să fie achitaţi toţi ucigaşii cu sănătatea înfloritoare. De aici rezultă clar că un trup cu adevărat sănătos nu trebuie să fie cuprins de dorinţe şi pasiuni josnice. Acestea sunt, de cele mai multe ori, un produs al unui trup bolnav, numai în aparenţă sănătos şi puternic, ca un măr putred, dar rumen.

Dacă cu ajutorul forţei dorinţei am reglat funcţiile organismului şi ne-am purificat trupul de toate umorile rele, vom constata foarte repede un aflux de sănătate şi corpul nostru sănătos se va face treptat purtătorul unui suflet la fel de sănătos. Acest lucru este foarte important pentru toţi cei care doresc să se ridice până la rang de ajutor sau chiar de preot (învăţător).

Deci, zilnic, de dimineaţă şi până la culcare, trebuie să recurgem la ajutorul forţei dorinţei, pentru a obţine o sănătate trupească completă.

Pe timpul concentrării gândurilor, firul logic al gândirii noastre trebuie să fie următorul: „Acum vreau să devin complet sănătos, plin de forţă şi puternic. Toate organele corpului meu vor funcţiona acum cu precizie şi corect. Tot ce este inutil şi dăunător se elimină, în locul lor pătrunde sângele şi toate sucurile sănătoase. Toate bolile şi durerile mele dispar complet, tinereţea şi prospeţimea revin şi sufletul meu devine curat şi armonios". Cine suferă de vreo boală trebuie să-şi orienteze gândurile, desigur, spre înlăturarea acesteia. Fluxul raţional de oxigen, care apare datorită acestor gânduri însoţite de exerciţii de respiraţie permite trupului să primească din abundenţă forţă şi sănătate. Pieptul se bombează, membrele se întăresc şi în curând pe chip apar culorile unei sănătăţi înfloritoare.

Desigur trebuie să se dea atenţie faptului că, la început, este posibilă apariţia unor simptome contrare. Dar aceasta doar pentru scurt timp. Trupul, scos din situaţia periculoasă datorită exerciţiilor zilnice, tinde spre putere şi sănătate şi începe, printr-un mod oarecare, prin abcese sau transpiraţie abundentă în condiţiile unei uşoare slăbiciuni generale, să înlăture energic substanţele acumulate.

Datorită forţei dorinţei, energia vitală va fi stimulată spre o activitate mai intensă şi mai puternică: ca urmare a exerciţiilor zilnice, ea trebuie să ajungă la scopul propus şi astfel va începe să înlăture tot ceea ce dăunează sănătăţii trupului, forţei şi prospeţimii naturale.

Activitatea vitală slabă a unui corp bolnav, stimulată de forţa dorinţei, devine similară unui stăpân puternic, care, fără sfială, alungă toţi oaspeţii nepoftiţi care care s-au instalat şi se înmulţesc în corpul nostru şi-l dau pradă bătrâneţii premature. Dacă trupul este purificat, el este sănătos; în acest caz, continuarea exerciţiilor este de mare folos alimentaţiei trupului, ceea ce duce la un aflux neaşteptat de forţe, care generează veselie şi poftă de muncă.

Încrederea în forţele proprii creşte, devenim conştienţi, liberi şi în primul rând, membri capabili şi cu adevărat folositori societăţii umane.

La fel, un ucenic care intenţionează să ajungă ajutor, trebuie să aplice zilnic forţa dorinţei pentru a-şi uşura însuşirea tuturor celorlalte capacităţi oculte.

Momentul cel mai potrivit al zilei este dis-de-dimineaţă, imediat după sculare. Ucenicul s-ar putea concentra pe următoarele idei: „Vreau ca exerciţiile pentru căpătarea forţelor oculte să fie încununate de succes cât mai repede. Forţele mele astrale trebuie să se manifeste şi să se dezvolte rapid. Voi reuşi tot mai mult să aprofundez concentrarea gândurilor şi să intru în stare pasivă, cu o gândire mai clară şi mai imperturbabil. Capacităţile formate vor deveni o calitate a mea pentru un timp îndelungat şi-mi vor aduce binecuvântarea, care să favorizeze fericirea spirituală şi bunăstarea materială".

Acest exerciţiu, cu un conţinut uşor modificat, trebuie repetat zilnic, chiar şi de cei care nu vor merge mai departe şi se vor mulţumi cu cele realizate ca ucenic.

Regula de bază, cea mai importantă, trebuie să fie următoarea: exerciţiile chiar dacă sunt grele şi neplăcute, trebuie să fie efectuate cu bucurie, fără repulsie. Credinţa neabătută în atingerea scopului propus trebuie să umple sufletul ucenicului, deoarece îndoiala din sufletul său poate face ca toate eforturile să rămână iluzorii.

De asemenea trebuie să se respecte un secret desăvârşit asupra exerciţiilor, ceea ce favorizează succesul. Ucenicul va spune rudelor şi celor apropiaţi, de care nu se poate ascunde, căci uneori îl vor ajuta chiar, să nu spună nimănui nimic despre aceasta.

Exerciţiile anterioare sunt îndreptate, în principal, spre realizarea unei cooperări corecte între trup şi suflet.

Aceste exerciţii nu sunt, în nici un caz, extenuante, nici lipsite de sens, ci sunt bine gândite şi experimentate. Ele necesită un timp atât de scurt, încât un om, chiar copleşit de problemele sale de serviciu, le poate dedica puţine minute. Aceste exerciţii nu depind deloc de sex şi vârstă. Un tânăr sau o tânără sunt la fel de potriviţi pentru a-şi dezvolta capacităţile şi forţele oculte ca şi cineva foarte în vârstă.

Unele exerciţii, atât de respiraţie, cât şi de privire magnetică, pot fi efectuate şi de copii, uşurând cu succes educaţia ulterioară a acestora.

Ucenicul, chiar după primul exerciţiu uneori, va simţi clar şi va avea senzaţia puterii, încrederii în sine, automulţumirii şi mai multă hotărâre. Aceste sentimente se vor amplifica treptat, până când ucenicul, cu ajutorul dorinţei de a depăşi, al forţei dorinţei, îşi va înfrânge sărăcia, tristeţile, neajutorarea, care au drept cauză, părerea proastă despre sine şi în final, starea de sănătate.

Abia atunci va cunoaşte el cât este de lipsit de sens să-ţi pierzi fără folos propriile gânduri, deoarece astfel se pierd multe forţe.

El va afla atunci că ideea aceasta este viabilă, reală şi imediat după naştere aceasta îşi leapădă învelişul şi creează şi construieşte, fără a fi auzită, fără a fi văzută, dar adevărată.

Atunci pentru el va deveni clar că tradiţiile reflectate de lumea ideilor sale, în funcţie de proprietăţile lor vor determina formarea unor dispoziţii fericite sau nefericite, a unor situaţii fericite, sau nenorocite şi-i vor influenţa soarta. Din nefericire, puţini cunosc aceasta.

În timpul liber se poate trece la formarea unor grupe de antrenament, astfel încât, alături de exerciţiile de concentrare a gândului să se efectueze şi exerciţii de respiraţie şi de privire magnetică.

În nici un caz nu trebuie ca protejând una din grupe să le neglijăm pe celelalte. În aceste grupe ucenicii trebuie să tindă spre un ţel, care constă în stăpânirea perfectă a propriului eu şi în folosirea cum se cuvine a capacităţilor achiziţionate.

Abia atunci se poate trece la exerciţiile propriu-zise de forţă a dorinţei.

La încheierea acestei părţi din prezenta carte ucenicul trebuie să fie atent ca atitudinea sa trebuie să fie de seriozitate şi conştiinciozitate faţă de evoluţia sa, dacă nu a sesizat încă în sufletul său dorinţa de a merge înainte şi de a progresa în domeniul cunoştinţelor, pentru a ajunge iniţiat.

Pentru a atinge aceste scopuri trebuie să se acţioneze asupra propriului *eu*, pentru a deveni un om mai bun.

Alături de conştiinţa puterilor căpătate datorită exerciţiilor din partea a doua, trebuie să ne gândim la o moralitate cu adevărat înaltă, la simţul unei beatitudini nemaisimţite până acum, care poate fi atinsă numai dacă dispui de toate calităţile morale, nu de dispreţuita avere.

Cine nu este încă hotărât să se dezică parţial de viaţa pământeană, aşa cum este necesar pentru exerciţiile de un grad mai înalt, trebuie să caute ca, cel puţin, să fie demn de forţele câştigătoare şi să menţină un mod de viaţă ireproşabil pentru a şi le păstra.

CAPITOLUL II

Ajutorul. Educarea capacităţilor oculte care necesită o anumită evoluţie morală

6. Autocunoaşterea şi eliberarea. Educarea voinţei. Armonia

Deasupra porţilor templului, cu litere de foc, stau înscrise următoarele cuvinte importante spre aducerea aminte a novicilor adepţi: „Cei ce doriţi să intraţi! Străduiţi-vă să vă faceţi inima o armonie şi purificaţi-o. Va vedea doar cel ce poartă în sufletul său pacea. Cine nu s-a hotărât încă să se scuture de pulberea pământului, să nu se încumete să păşească înăuntru – căci orbilor nu le trebuie lumină. El va arde ca o molie ce zboară către foc".

Vino mai aproape, cel ce ai o voinţă fermă, ai hotărât să te zmulgi din cătuşele măruntei vieţi pământene şi ai simţit în tine chemarea de a face în fine un pas mare înainte în evoluţia ta spirituală şi morală, apropie-te şi priveşte în această oglindă!

Oare nu ai sărit înapoi, plin de teamă? Sau poate că nu ai văzut nimic?

Ar fi trist pentru tine dacă ar fi aşa. Dar e mai bine dacă amorul tău propriu a devenit un înveliş subţire, astfel încât să-ţi poţi vedea cu claritate prin el propria imagine din oglindă.

Acum priveşte-o. Acolo este dublura ta, într-o imagine mult mai bună, mai luminoasă.

Aceasta este imaginea ta viitoare.

Adevărata ta imagine din oglindă îţi va arăta ce anume trebuie să distrugi şi să învingi, pentru a deveni la fel cu imaginea ta din viitor.

Nu te teme de lupta crâncenă pe care trebuie să o dai. Numai primele atacuri îţi vor părea dure, vor cere să-ţi foloseşti întreaga ta putere, întregul tău curaj. Cel ce este familiarizat cu bătăliile şi victoriile se bucură de prilejul acestei bătălii, care a devenit conţinutul principal al vieţii sale.

Unii vor vedea pe imaginea viitoare din oglindă o pată foarte neplăcută, la unii mai slabă şi mai puţin vizibilă, dar la alţii foarte mare, sub forma unui păienjeniş des, de mari dimensiuni.

Acesta este egoismul, iar părţile cele mai întunecate ale petei ne indică patimile şi desfătările. Ucenicul, însoţit de o fierbinte chemare de a ajunge la rangul de ajutor, trebuie să lupte energic împotriva patimii de desfătări, care este principalul său inamic.

Patima de desfătări împiedecă dezvoltarea armonioasă, ea aspreşte sufletul, întunecă dragostea faţă de aproapele nostru şi ne pune lanţuri grele la picioare, înlănţuindu-ne de materia primară şi întunecându-ne în aşa măsură vederea, că începem să ne simţim bine şi în mocirlă.

Această patimă este un mare duşman, tiranul simţului psihic, pe care-l ţine prizonier în favoarea minciunii grosolane, al vieţii trupeşti al cărui scop este atât de greşit înţeles de majoritatea oamenilor. Plăcerea slăbeşte, lipseşte de putere, răpeşte, prin urmare energia; dar viaţa este formată din luptă, din cuceririle ei şi din tendinţa de a merge mai departe.

Sufletul nostru se înfăşoară în învelişul primar nu pentru plăcerea simţurilor, ci acesta trebuie să slujească drept mijloc pentru călirea fiinţei spirituale în mijlocul ispitelor vieţii.

Lumea noastră trupească, iluzorie, este în majoritatea cazurilor, nimic altceva decât o foarte puternică sugestie în masă, pe care sufletul nostru nemuritor trebuie să o urmeze de dragul progresului moral, care nu este posibil fără învelişul trupesc.

Dar, în orice caz, este foarte nedrept să se atribuie materiei neevoluate o însemnătate excesivă, cum o face omul modern dedat plăcerii. De ce să ne legăm atât de puternic şi de strâns de bucuriile trecătoare, dacă ne-au fost date aripi ce ne pot purta în împărăţia plăcerii „adevărate".

Dacă ucenicul, înarmat cu arma sa atât de ascuţită, va ataca cu curaj acest bastion care se opune evoluţiei sale superioare în domeniul simţului psihic îl va înfrânge pe acest duşman tenace. Inamici foarte puternici ai întregii omeniri sunt cei ce apără acest bastion.

În primele rânduri se află demonul „alcool". În ghearele lui sângerează cea mai mare parte a rasei umane. De aceea este lipsit de omenie şi imoral să favorizezi în vreun fel plăcerea băuturilor alcolice. Ispita trezeşte dorinţe şi pasiuni josnice.

Din păcate, nu se poate dovedi statistic că aproape toţi sunt într-o măsură mai mare sau mai mică supuşi patimii băuturii, dar acesta este adevărul adevărat, ceea ce confirmă că oamenii stăpâniţi cu adevărat sunt foarte puţini. Este suficient să urmărim un ţăran sau un muncitor într-o zi de sărbătoare, sau duminica.

Dacă nu se tăvălesc încă în noroi, sunt deja foarte veseli, „ameţiţi" sau bine dispuşi, cum obişnuieşte să se spună. Şi această bună dispoziţie, care de multe ori ţine până a doua zi de dimineaţă, a devenit la unii un obicei.

Cele mai cumplite drame se nasc, cel puţin pe jumătate, din această „bună dispoziţie".

De parcă omul nu s-ar putea veseli şi fără consumul de alcool! De aici se poate vedea cât de mult ne-am abătut de la modul de viaţă natural şi cât suntem de bolnavi – trupeşte şi sufleteşte!

Pentru a ne înveseli, trebuie să ne otrăvim sângele cu băuturi otrăvitoare şi să-l agităm artificial.

Pentru noi nu trebuie să aibă importanţă declaraţiile alcolicilor înregistraţi, pe care acest viciu îi duce încetul cu încetul spre crime sau spre casa de nebuni; de asemenea, pentru noi nu contează oamenii din straturile superioare ale societăţii, aşa-numita cremă a societăţii, care în apartamentele lor bine ferecate, se dedau adesea unor chefuri monstruoase, costisitoare şi prelungite, după care cad fără puteri în braţele valeţilor lor.

Nu vrem să vorbim despre aceste animale, care sunt mai prejos decât fiarele, ca despre nişte băutori nevinovaţi, care zilnic beau, din obişnuinţă, o anumită doză, din dozele respective obţinându-se o cantitate impresionantă.

Pentru aceşti oameni consumul de alcool a devenit deja o necesitate, conştientă, deoarece pentru a ne potoli setea este suficientă apa. Şi această necesitate de a bea alcool, mai bine spus această patimă – căci este deja o patimă, dacă dis-de-dimineaţă, înainte de micul dejun, simţi nevoia de a bea un pahar de vodcă – reţine evoluţia forţelor astrale, ne face să ne simţim rău.

Deci, cine nu se hotărăşte să învingă această patimă, nu va obţine nici un rezultat. Desigur, nu este necesar ca ucenicul să devină total abstinent, deşi pe măsură ce avansează, se va convinge singur că pentru el este mai onorabil să bea numai atât cât îi este necesar pentru întreţinerea organismului, iar ce este peste, este împotriva sa, reprezintă un semn de slăbiciune, de lipsă de voinţă.

Ucenicul care progresează nu trebuie să facă nimic împotriva naturii. El va lupta neabătut împotriva atracţiei nenaturale către alcool.

Ucenicul îşi adună toată voinţa şi-şi spune: „Eu vreau ca, încetul cu încetul, să mă dezobişnuiesc de consumul de alcool. Ştiu foarte bine că băuturile alcoolice excită puternic şi chiar mă irită, că şi cel mai mic consum de alcool atrage după sine somnolenţa şi nemulţumirea, ca orice faptă contrară legilor naturii. În nici un caz nu pot să permit spre un consum nemăsurat de alcool. Oare pot eu, care tind înainte şi vreau să fiu capabil de ştiinţa înaltă, să devin irațional, ca un animal? Cât de josnic, cât de lipsit de chip uman este omul beat! Deci am hotărât să reduc cantitatea pe care o consum de obicei, încât zilnic să nu mai beau mai mult de 2 pahare de bere sau vin, dar nu dintr-o dată. Mai târziu vreau să mă limitez la un singur pahar şi, treptat, să renunţ complet la consumul de alcool. Orice altă băutură alcoolică (în afară de vin şi bere) am hotărât s-o elimin de la bun început. În plus, serile nu mai vreau să beau nici o picătură". Dezobişnuirea de consumul de alcool este necesară numai în cazul unei voinţe slabe. Cine şi-a educat voinţa va putea, prin procedeul menţionat mai sus, să se elibereze treptat de acesta.

Trebuie să se ia drept regulă ca, cu cel puţin trei ore înainte de orice exerciţiu, precum şi înaintea fiecărei folosiri a forţei astrale, să se renunţe la consumul de alcool. În caz contrar orice rezultat obţinut va sta sub semnul îndoielii.

Nu trebuie să ne pierdem curajul din cauza prejudecăţilor şi a ironiilor celor orbiţi. Cine are în vedere un scop măreţ spre care tinde, va învinge orice obstacol, oricât de greu ar părea, şi-şi va găsi alinare în faptul că, până şi în Germania – ţara berii – sunt deja peste 60000 antialcoolici declaraţi.

Un mic mănunchi de oameni împotriva multor milioane aflaţi la picioarele idolului – alcool – aceasta poate, de

asemenea, insufla curaj şi o senzaţie plăcută, că totuşi conştiinţa nu a dispărut din lume.

De mână cu alcoolul împiedică orice dezvoltare a capacităţilor astrale o altă otravă – nicotina.

Cât de distructiv este acest drog în toate ipostazele lumii delicate demonstrează faptul că mediumurile spiritiste se pot elibera imediat de orice influenţă a lumii de dincolo, imediat ce devine de nesuportat, tocmai în orele în care fumează puţin. Sub influenţa nicotinei ele devin complet incapabile să servească drept intermediar pentru lumea spiritelor.

Abuzul de acest mijloc plăcut de excitare, pe care-l foloseşte aproape toată lumea, duce la îmbolnăviri grave, fiind atacate măduva spinării, creierul şi chiar stomacul.

În ceea ce priveşte fumatul putem aduce, de asemenea, multe exemple, pentru a demonstra că un consum îndelungat de nicotină este o otrăvire lentă.

Desigur, toţi fumătorii susţin că plăcerea fumatului este un indiciu al sănătăţii lor, deoarece, dacă nu se simt bine, în primul rând ţigara, trabucul sau pipa nu mai au gust. Prin urmare, tutunul este folositor.

Nu putem fi de acord cu o astfel de argumentaţie falsă. Mulţi susţin chiar că numai datorită fumatului sunt apţi de muncă. Dacă fumează se simt reconfortaţi şi capabili de activitate psihică la un înalt nivel, li se trezeşte fantezia, nervii sunt excitaţi şi capacitatea intelectuală se trezeşte la viaţă.

Cei ce practică o activitate intelectuală susţin, de asemenea, că doar fumatul le deşteaptă capacităţile, ei putând înfrânge astfel toată oboseala şi eforturile depuse.

Pentru cei ce duc un mod de viaţă natural, nu este deloc necesară această excitaţie în întărirea artificială a organismului. Un organism sănătos nu are nevoie de mijloace artificiale pentru a-şi ridica tonusul.

Fumatul este o plăcere inutilă, dăunătoare.

Deci educarea forţelor oculte necesită o totală abstinenţă de la consumul de nicotină şi admite, sau mai bine zis tolerează, doar un consum moderat de alcool.

Interdicţia de fumat se referă, desigur, şi la cei ce prizează sau mestecă tutun. Ambele practici sunt la fel de dăunătoare şi împiedică în egală măsură dezvoltarea forţelor astrale.

Dar şi alte mijloace de excitaţie plăcute – cafeaua şi ceaiul – trebuie consumate în cantităţi limitate. Cafeaua este de dorit să nu se bea zilnic, dacă se poate deloc, ceaiul – numai slab şi, în nici un caz, nu zilnic.

Trebuie să ne menţinem strâns în limitele celor hotărâte, deoarece ambele droguri – cofeina şi teina – îngreunează exerciţiile oculte şi, de asemenea, influenţează, chiar în cantităţi limitate, viaţa spirituală.

Dacă dorim să căpătăm, proprietăţile descrise în capitolul 2, trebuie să ne preocupe înalta armonie şi linişte sufletească. Este posibil ca înalta armonie a caracterului ucenicului să fie condiţia esenţială a atingerii unor rezultate favorabile.

Experienţa ne demonstrează că un consum regulat de cafea şi de ceai irită nervii şi în final îi dereglează. Omul devine mofturos, agitat şi intră într-o stare sufletească dizarmonică şi este total incapabil pentru formarea şi folosirea forţelor astrale.

Mai există o pasiune care poate conduce exerciţiile la un rezultat negativ. Ne referim la abuzul de dragoste trupească. Satisfacerea nevoilor sexuale este o necesitate naturală pentru ambele sexe şi dacă nu se abuzează prea des, este chiar utilă sănătăţii.

Dar în câte feluri greşeşte omenirea lipsită de raţiune şi aici, atât faţă de sine, cât şi faţă de generaţiile viitoare!

Desigur, mijloacele noastre excitante, iritante, acre, picante – atât alimente cât şi condimente – ne conduc la o dragoste trupească atât de intensă, încât simţim că toată fiinţa noastră este robită de ea.

Sentimentele şi avânturile, străduinţa şi lupta pentru existenţă a majorităţii oamenilor sunt orientate, în final, numai la satisfacerea neînfrânată a pasiunilor lor josnice, între care dragostea animalică ocupă un loc de frunte.

Scopul dragostei trupeşti este perpetuarea speciei. Natura nu a avut nimic altceva în vedere când a pus în noi această nevoie, care, desigur, n-ar trebui să aibă mai multă semnificaţie şi importanţă decât toate celelalte funcţii ale organismului uman. Satisfacerea acestei nevoi, urmată de beţia simţurilor, este doar un mijloc, nu un scop, la fel ca fermecătoarele nuanţe de culori ale florilor şi minunatul lor parfum, care sunt doar o capcană cu ajutorul căruia plantele atrag insectele pentru a-şi îndeplini rolul de cărăuş al seminţelor şi polenului, pentru care sunt recompensate cu polen şi miere ca alimente.

Omenirea consideră mijlocul drept scop. Delectarea simţurilor este considerată ca scop, iar înmulţirea, perpetuarea speciei legată de aceasta, este considerată o povară inutilă.

Datorită acestei greşite înţelegeri a intenţiilor mamei natură, nu este de mirare că se face permanent abuz de această simplă funcţie animalică. Bătrânii la vârsta adolescenţei, îmbătrâniţi de această viaţă – sunt în firea lucrurilor. Viaţa imorală a femeilor este în mare parte cauza tot mai marii degenerări a omenirii.

Este deosebit de trist că tineretul de ambele sexe, rămaşi fără conducători demni, în tendinţa lor neînfrânată spre plăceri, a slăbit şi s-a epuizat într-atât, că a încetat să blameze faptul că instituţia modernă a căsătoriei nu este considerată decât o prelungire a acestui mod de viaţă fără morală. Din păcate, în societate se cunoaşte prea puţin

despre cât de neînfrânat şi demenţial se satisface în interiorul căsătoriei pasiunea sexuală. Unii o fac din cauza atracţiei, alţii din obişnuinţă.

Există soţi care, doar cu mici întreruperi, timp de 10-15 ani se dedau aproape în fiecare noapte desfătărilor sexului.

Nimănui nu-i pasă cât de mult suferă din această cauză corpul şi sufletul. Dacă la încheierea căsătoriei se dă libertate deplină satisfacerii nelimitate a nevoilor sexuale, totuşi nu trebuie să excludem din sfera atenţiei cerinţele raţiunii.

Nu trebuie să ne mirăm dacă şi copii născuţi din aceşti părinţi lipsiţi de raţiune au deosebit de exacerbat apetitul sexual, ceea ce-i conduce la excese de acest gen.

Satisfacerea prea frecventă a apetitului sexual trebuie, de asemenea, condamnată din punctul de vedere a ştiinţelor oculte, deoarece corpul pierde în acest fel un mare număr de prane. Fiecare excitaţie sexuală produce o puternică emisie odică. La satisfacerea nevoilor sexuale se pierde o mare cantitate de acest element vital, despre proprietăţile căruia vom vorbi într-o altă parte a cărţii. *Odul* (prana) este baza psihică a activităţii forţelor oculte. Prin urmare, cel care, în urma actului sexual a pierdut o cantitate mai mare de *od*, acela nu poate să mizeze pe succes, dacă ar dori să practice exerciţii sau să-şi aplice capacităţile astrale; el trebuie să aştepte cel puţin o zi, până ce în corpul său se va reface cantitatea necesară de *od*. Din capitolele următoare vom afla că odul este purtător al energiei vitale; cu contribuţia sa omului i se transmit diferite proprietăţi sufleteşti şi trupeşti. La fiecare contact sexual are loc o deplasare a odului radiant şi, astfel, oamenii îşi transmit unul altuia proprietăţi psihice şi fizice. Acest proces reprezintă în cazul soţilor cauza pentru care, cu timpul, aceştia devin asemănători la trup şi la suflet. Un soţ ia de la celălalt o parte a înclinaţiilor, talentelor, proprietăţilor sufleteşti şi particularităţilor fizice, dăruindu-i, la rândul său, o parte

a proprietăţilor sale proprii. Se poate întâmpla chiar ca, odată cu trecerea anilor, cei doi soţi să devină identici ca fizic. Această amestecare prin deplasarea odelor, care are loc, în parte, datorită contactului fizic nemijlocit ce are loc în permanenţă – atât prin contact sexual cât şi prin îmbrăţişări şi atingeri – are şi partea sa pozitivă. Soţii înţelepţi, care caută să se dezvolte în permanenţă, se pot folosi, de pildă, de acest proces, pentru a uşura perfecţionarea morală reciprocă. Dar această amestecare a odului poate deveni periculoasă pentru cei care au obiceiul de a căuta diversitatea în actul sexual. Dacă ei ar şti cum îşi însuşesc, prin contact sexual cu numeroase persoane, diferite obiceiuri stranii, tendinţele rele, vicii şi suferinţe fizice!

Cu cât este mai puternică pasiunea, cu atât se degajă mai puternic odul şi, în cazul unei puternice excitaţii sexuale, datorită numai deplasării şi amestecului de od, el poate să preia, căutând plăcerea, instinctele rele, fără să-şi dea seama de aceasta. Dintr-o dată va simţi o chemare către fapte care sunt total diferite de ideile şi sentimentele sale anterioare. În zadar se va întreba, de unde au apărut aceste obiceiuri şi tendinţe rele, de care înainte era total eliberat.

În viaţa conjugală, privită din punctul de vedere al odului, satisfacerea prea des a nevoilor sexuale este dăunătoare, deoarece, dacă unul dintre soţi are, de pildă, o natură dizarmonică, iar celălalt are o voinţă slabă, mai puţin dezvoltată, aceasta din urmă nu se poate apăra timp îndelungat de dizarmonia celeilalte părţi, cu atât mai mult, cu cât acestuia îi rămâne prea puţin timp, datorită transmiterii prea dese, poate chiar în fiecare noapte, a odului dizarmonic atotpătrunzător. În acest caz se poate constata că soţul cu voinţa mai slabă, care a fost până acum mai armonic, capătă, încetul cu încetul, înclinaţia spre dizarmonie. Din fericire, astfel de defecte psihice nu se transmit

prea uşor unui alt suflet, prin urmare această proprietate poate influenţa doar latura fizică a personalităţii celuilalt soţ, putând rămâne astfel întreaga viaţă, spre chinul nefericitei fiinţe, dacă aceasta din urmă nu va reuşi să-şi formeze o viaţă mai puternică, cu ajutorul căreia va putea depăşi cu uşurinţă dizarmonia ce i-a fost impusă.

Asemenea soţi trebuie să se hotărască la consumarea actului sexual numai în cazul în care cel înclinat spre dizarmonie se simte într-atât de armonic pe cât îi permite natura sa. Dar, din grijă faţă de partida nevinovată, nu trebuie să se cadă de acord asupra unui contact sexual în condiţiile în care partea dizarmonică se simte cuprinsă de furie, este iritată, emoţionată sau neliniştită.

În continuare, vom afla ce sunt armonia şi dizarmonia şi cât de puternic îl influenţează pe om.

Liniştea sufletească absolută este cel mai bun mod de gândire şi deplina disponibilitate faţă de partener trebuie să constituie pentru fiecare din cei ce vor să progreseze, condiţii obligatorii pentru a admite satisfacerea nevoilor sexuale.

Trebuie să se acorde foarte mare atenţie faptului că poate avea loc concepţia şi conform legii amestecului odului, starea sufletească de moment se transmite astfel şi fiinţei care urmează a se naşte.

Dacă soţii doresc să-şi înlesnească unul altuia evoluţia etică şi una dintre părţi se simte dotată cu mai multă voinţă şi cu o moralitate mai înaltă, ei trebuie să recurgă mai ales la amestecul odelor.

Dimineaţa, dacă corpul este perfect odihnit, cu aproximativ cu o oră înainte de a se scula, cei doi soţi se culcă unul lângă altul, cu cea mai deplină dragoste, caută să se strângă în braţe cât mai tare şi rămân în această poziţie timp de o oră, perfect liniştiţi, concentrându-şi toată voinţa şi înfrângându-şi toate dorinţele senzuale. Dacă vor simţi că

pasiunea devine mai puternică decât ei, trebuie să întrerupă imediat experimentul şi să se îndepărteze imediat unul de celălalt. Ei trebuie să se lupte să înfrângă orice tentaţie de a-şi satisface imediat pasiunea.

A doua zi de dimineaţă se reia experimentul şi aşa mai departe, până când acesta va reuşi, deci cei doi vor fi capabili să rămână unul lângă altul un timp dat, fără cea mai mică tendinţă carnală, fără gânduri sau dorinţe sexuale, liniştiţi, strângându-se în braţe, lipiţi unul de celălalt. Nu trebuie să credem că, odată experimentul reuşit, cei doi trebuie să-şi acorde drept premiu, la sfârşitul experimentului, plăcerile de la care s-au oprit. Ar fi total incorect şi ar paraliza orice influenţă, care se manifestă prin transferul calităţilor de la cel mai tare şi superior din punct de vedere moral la celălalt, mai slab şi mai puţin evoluat în acest sens. Aceasta produce perfecţionarea celui de-al doilea, producând în el (ea) o serie de schimbări pozitive, tot aşa cum unele din trăsăturile negative ale celui de-al doilea se transmit într-o măsură oarecare, celuilalt. În funcţie de puterea voinţei sale, cel mai tare va dubla în curând odul transmis celui slab, cu ceva efort desigur.

După una sau două luni, partea mai puţin morală va resimţi influenţa benefică a acestui exerciţiu, care este, desigur, foarte greu. Se va mai executa acest exerciţiu încă o lună. Apoi se va trece la un alt exerciţiu. În cazul exerciţiului descris mai sus, nu se poate stabili o durată comună pentru toţi. Soţii vor alege singuri, astfel încât rezultatele să fie cât mai bune, pentru ca partea mai slabă să atingă valoarea morală şi tăria voinţei celei mai tari.

Exerciţiul poate fi mult uşurat datorită distragerii gândurilor. Aceastra se poate realiza vorbind despre idei şi fapte înălţătoare, despre progresul moral ca o chemare a omenirii, ca o menire divină.

Desigur, este admis actul sexual, dar el trebuie să aibă loc numai seara. Înainte şi după consumarea sa nu trebuie

menţionat în nici un fel exerciţiul de dimineaţă, la care cei doi soţi nu trebuie nici măcar să se gândească.

Pe lângă amestecul nepasional al odului, exerciţiul este folositor, de asemenea pentru dezvoltarea voinţei.

De această voinţă depinde întreaga evoluţie spirituală.

Un om încăpăţânat, egoist, dedat plăcerilor, în realitate nu are nici un fel de voinţă. Este un rob lipsit de voinţă al senzualităţii şi pasiunilor josnice.

„A-ţi manifesta voinţa înseamnă să fii stăpân pe trupul tău, înseamnă să devii complet independent de poftele şi capriciile sale".

Orgolioşii, avarii, senzualii furioşii şi toţi cei ce pot fi numiţi nefericiţi, chinuiţi, jenaţi şi torturaţi de propriile lor pasiuni. Se poate crede că orgoliosul vrea să fie orgolios, avarul – avar, senzualul – senzual, deci, astfel spus, că fiecare din ei are o puternică voinţă orientată spre rău. Dar aceasta este doar aparenţă. În realitate există doar o voinţă, care este exprimată în tendinţa spre bine, spre cunoaşterea şi spre iubirea atotcuprinzătoare, adică în tendinţa spre progresul real; tot restul ţine de slăbiciune.

Avarul nu poate proceda astfel, deşi ştie că încalcă astfel porunca iubirii faţă de aproapele său; furiosul este incapabil să-şi reprime furia şi ucigaşul îşi omoară victima, deşi ştie perfect de bine că, mai devreme sau mai târziu, îl va pedepsi mâna providenţei şi justiţiei, ceea ce vede şi el zilnic. Senzualul trebuie să se dedea la plăceri, împotriva conştiinţei că oropseşte, umple de ruşine şi perverteşte mulţi dintre cei ce-i sunt apropiaţi.

În ceasurile de trezire inevitabilă a conştiinţei lor, cei mai mulţi simt un fel de milă faţă de victimele lor şi conştiinţa chinuitoare a vinei lor le provoacă suferinţe ale sufletului, dar cum slăbeşte căinţa, ei revin la vechile obiceiuri.

Toţi oamenii de acest fel nu se pot împotrivi pasiunilor lor, deoarece nu au voinţă, aparenta lor voinţă nu este decât domnia nelimitată a pasiunilor lor.

Aceste pasiuni dispar dacă adevărata voinţă – cea care sălăşluieşte în sufletul fiecărui om, dar în stare latentă – se trezeşte şi, datorită unor exerciţii potrivite, devine puternică şi atotstăpânitoare.

Cea mai puternică pasiune omenească este satisfacerea simţurilor, dar aceasta constituie şi piatra de încercare a oamenilor, căci cea mai importantă sarcină a unui ucenic ce tinde spre titlul de preot constă în călirea şi rafinarea voinţei proprii.

Cine recunoaşte că nu este încă stăpânul necondiţionat al trupului său, să nu evite în mod laş bătălia, ci să-şi afle inamicul, să-i găsească părţile slabe şi să-şi consolideze propriile poziţii cât mai mult. Să nu ne lăsăm în mod laş robiţi de pasiuni, ci să le înfruntăm în permanenţă!

Abstinenţa permanentă întăreşte organismul în general şi ne face independenţi de propriul trup. Cu cât îi spunem mai des trupului „nu vreau", cu atât mai tare devine voinţa noastră şi sufletul este victorios.

Pentru a-ţi înfrânge sexualitatea deosebit de puternică nu trebuie să ne retragem în pustie. Să ne amintim de romanul lui Georg Eberts *Homo sum*.

Arta supremă a unui adept constă tocmai în a nega viaţa în mijlocul tumultului vieţii.

De exemplu se poate căli voinţa cu ajutorul tablourilor senzuale sau privind trupul gol al unui reprezentant al sexului opus. Literatura erotică poate servi de asemenea, foarte bine acestui scop.

Cine vrea să-şi disciplineze voinţa trebuie să-şi stăpânească în cel mai deplin mod propria fantezie şi propriul trup din punct de vedere senzual. O carte erotică nu ne mai poate exita, un tablou picant trebuie să ne lase rece şi

trupul gol al reprezentantului celuilalt sex nu poate avea efect asupra simţurilor noastre, dacă noi nu o dorim. Şi cu cât mai des ne vom dori aceasta, cu atât vor fi mai minunate rezultatele exerciţiilor noastre şi cu atât mai puternic se vor manifesta în afara noastră capacităţile astrale.

Numai prin exerciţii prelungite, multă vigilenţă şi deosebită severitate faţă de sine este posibil să ne aducem la faza în care şi cea mai puternică ispită ne va găsi liniştiţi, tari şi de neclintit.

De aici nu rezultă de fel că ucenicului i se cere o negare absolută a vieţii. El trebuie să evite doar orice pasiune; el nu trebuie să caute plăcerile, ci să-şi permită satisfacerea nevoilor naturale doar cu o înţeleaptă reţinere. Abia pătruns pe calea cunoaşterii, el va simţi de îndată că este eliberat de multe dintre cele ce-i păreau necesare, iar apoi vor deveni un balast inutil.

Ucenicul trebuie să ţină minte în permanenţă că existenţa sa trupească trebuie să servească nu obţinerii de plăceri, ci înfrângerii pasiunilor; în aceasta constă scopul întrupării sale şi cine atinge pe deplin acest ţel, se poate elibera întotdeauna de nefericita încarnare pământeană.

Plăcerile trupeşti sunt asemenea lanţurilor grele care ţintuiesc la pământ fiinţele ce nu sunt pe deplin evoluate sufleteşte.

În plăcerile trupeşti se manifestă deosebit de puternic enormul egoism, de aceea ucenicul care tinde spre evoluţie trebuie să lupte cu ele în mod deosebit. Cine vrea să privească în sus, trebuie să înveţe să înţeleagă şi să simtă iubirea superioară, atotcuprinzătoare: acea iubire, liberă de tendinţele egoiste de posesiune, care nu depinde de frumuseţea formelor trupului, de pasiune; acea iubire care ne uneşte cu întregul univers şi cu Dumnezeu.

Mulţi îşi vor aminti aici cunoscuta formulare din Biblie: „Spiritul este viguros, trupul este neputincios". Dar aici se ascunde o oarecare contradicţie.

Un suflet viguros nu poate sălăşlui într-un trup neputincios. Slăbiciunea trupului indică, de asemenea, o slăbiciune şi o teamă a sufletului. Sufletul este de neînfrânt în avântul lui către lumină. El are o voinţă puternică acum şi îi va fi uşor să îşi fortifice trupul său slab, căci acesta devine supus voinţei. Numai de ar şti să o folosească cum se cuvine! Într-o măsură oarecare trupul este după chipul sufletului respectiv.

Trupul este ceară în mâinile sufletului şi de voinţa acestuia din urmă depinde forma pe care o va da trupului.

Cunoaştem deja mijlocul cu ajutorul căruia putem să-i uşurăm sufletului ce tinde spre lumină, truda sa. Astfel ceara devine mai moale, mai maleabilă şi poate fi aşezată într-o formă.

Dacă ne vom întoarce la un mod de viaţă raţional şi ne vom curăţa astfel sângele, ne von linişti şi întări nervii noştri slăbiţi; dacă vom înceta să ne mai obosim trupul (de 3-4 ori pe zi) cu pofte animalice; dacă, în final, ne vom feri întregul organism de toate substanţele excitante toxice, vom deveni mai maleabili şi mai pregătiţi pentru acţiunea sufletului.

Deci să revenim în sânul naturii!

În loc de alcool şi alte băuturi nocive este apa cea sănătoasă, în locul alimentelor pe bază de carne – cele vegetale, iar în locul fumului de tutun – aerul curat. Astfel trebuie să trăiască un om!

Oricum să nu fim strict vegetarieni, consumând exclusiv alimente de origine vegetală; şi mai puţin trebuie să ne înscriem în rândul celor care consumă excusiv cruditâţi – legume, fructe, etc. Putem consuma foarte bine şi alimente de origine animală: lapte, ouă, unt, etc.

În alimentaţia noastră trebuie să ne abţinem, pentru atingerea scopurilor propuse, de la toate substanţele excitante.

Carnea animală excită puternic corpul uman şi-i alimentează de minune pasiunile.

Din partea adversarilor alimentaţiei vegetariene se aud în permanenţă obiecţii că doar consumul de carne poate contribui la menţinerea sănătăţii şi puterii omului şi că doar consumul de proteine îi permite să satisfacă în cea mai mare măsură cerinţele secolului nostru faţă de psihicul şi intelectul uman; la toate acestea partizanii modului de viaţă natural răspund că nu este nimic adevărat. Vegetarienii se plâng foarte rar de dureri de cap, ameţeli şi indigestii, pe când la cei ce se alimentează cu carne ele se manifestă permanent. De asemenea sunt nefondate părerile autorităţilor în materie, partizani ai alimentaţiei pe bază de carne, cum că alimentele vegetale în general nu ar conţine suficiente principii utile şi că, pentru a hrăni în mod suficient corpul este necesară o cantitate excesiv de mare de asemenea alimente, pe care le poarte digera doar un stomac deosebit de sănătos. Oamenii care duc o viaţă sedentară ar trebui, chipurile, în cazul alimentaţiei vegetariene să umble continuu, deoarece pentru a digera o cantitate aşa de mare de alimente trebuie să se facă multă mişcare.

Un vegetarian poate să-şi încarce la fel de puţin stomacul ca şi un om care consumă carne. În ceea ce priveşte mişcarea, datorită lipsei acesteia toţi oamenii se vor îmbolnăvi cu timpul.

Alimentele vegetale sunt uşor digerabile şi sunt potrivite pentru orice vârstă şi funcţie, pe când carnea este un obiect de plăcere şi are o acţiune excitantă, dăunătoare pentru organism. Nu degeaba medicii interzic cu străşnicie alimentaţiua pe bază de carne în anumite boli, îndeosebi în cazul frigurilor(febrei).

Nu trebuie să credem că în carne sunt incluse deosebit de multe principii hrănitoare. Această prejudecată este

foarte răspândită. Cu o bucată de carne nu ne vom sătura nici pe jumătate aşa cum ne vom sătura cu o cantitate egală de alimente vegetale.

Consumul cărnii are încă un mare neajuns – alături de carne se foloseşte o mare cantitate de condimente care, neîndoielnic, sunt dăunătoare.

Problema ucenicului constă, în principal, în a se alimenta cu alimente pe cât posibil mai puţin excitante. Căci, încetul cu încetul, el doreşte să uite de bucuriile lumeşti, de aceea el va trebui să mănânce doar pentru a se hrăni şi nu pentru a-şi satisface o plăcere. Cine s-a obişnuit cu o alimentaţie neexcitantă, o găseşte le fel de gustoasă ca şi cel ce preconizează să se alimenteze doar cu feluri puternic condimentate.

Alimentaţia vegetală – pentru care ne-a destinat natura, care ne-a dăruit cu dantură similară cu a maimuţelor ce se hrănesc cu vegetale – este, în general, foarte folositoare pentru organism. Ea ar putea foarte bine să-l sature pe om, să-l facă puternic, sănătos şi iscusit. Proteinele de origine animală ar putea foarte bine înlocuite cu alimente de natură vegetală.

Conţinutul redus de săruri minerale din diferite alimente ale omului civilizat se manifestă, în primul rând, prin anemie şi slăbiciunea sistemului osos. În carne, în cartofi, de pildă, principalele alimente ale omenirii civilizate, sunt conţinute extrem de puţine săruri minerale, pe când la o alimentaţie vegetariană sărurile se află în cantitate suficientă, atât în oase cât şi în sânge.

Deci, în vederea menţinerii vieţii nu trebuie să admitem această barbarie – exterminarea în masă a animalelor.

Faptul că omenirea actuală nu se află pe o treaptă superioară a evoluţiei morale este demonstrat de tendinţele de fiară care predomină în ea. Este oare posibil să-ţi menţii existenţa lipsind de viaţă alte fiinţe, când însăşi natura ne arată căi mai bune!

Deci, dacă nimicirea unor fiinţe inteligente, cu o organizare superioară, şi a unor fiare perfect inofensive nu este defel necesară pentru menţinerea existenţei noastre, prin decizia de a o comite manifestăm o cruzime nemaiîntâlnită şi devenim mai răi decât fiarele sălbatice, pe care nevoile organice le obligă să se alimenteze cu carne.

Pentru ucenici este important un alt considerent, care nu admite folosirea alimentelor pe bază de carne. Este necesară interzicerea cu desăvârşire a ingerării de instincte animalice. O anumită substanţă odică rămâne legată timp îndelungat de carnea respectivă şi se degajă numai parţial din aceasta prin descompunere. Prăjirea şi fierberea distrug acest compus numai într-o oarecare măsură. Astfel, odată cu corpul animalelor sacrificate, ingerăm şi această substanţă şi instinctele animalice care ne alimentează pasiunile noastre.

Oamenii furioşi, iritabili, netemperaţi sexual, cei ce se pretează plăcerilor primare, ca şi majoritatea firilor dizarmonice, sunt adepţi înveteraţi ai alimentaţiei carnivore.

Cu cât un ucenic doreşte mai mult să-şi dezvolte fiinţa interioară, cu atât mai asiduu trebuie să renunţe la prelucrarea de instincte animale josnice, deoarece omul care se alimentează cu carne nu-şi va domina niciodată pasiunile trupeşti.

Deci, ce înţelegem, în acest caz, prin alimentaţie vegetariană?

O alimentaţie mixtă, compusă din produse ale fiinţelor vii, plante şi fructe.

Şi totul, pe cât posibil, fără condimente! Natura şi aşa a dăruit totul cu un gust plăcut, iar noi trebuie să ne dezobişnuim să stimulăm digestia în mod artificial. Prin urmare, trebuie să ne hrănim cu unt, lapte, brânză, ouă, pâine de secară sau de grâu, legume de tot felul, fructe – cu coajă, făinoase, derivate din ovăz, lactate şi poame.

Acestea din urmă în stare crudă sau fiartă. O mare atenţie trebuie să acordăm produselor din ovăz, care pot înlocui din toate punctele de vedere carnea. Vegetarianul, preparându-şi hrana, nu trebuie să uite să folosească o mare cantitate de produse din ovăz.

De asemenea, la fiecare masă de prânz trebuie să se consume fructe. În principal acestea trebuie să fie din zonele calde ale planetei – curmale, struguri, banane, etc.

Aşa-zisele fructe sudice sunt capabile în toate situaţiile să ne hrănească. Unele popoare meridionale, care se mulţumesc la prânz cu o mână de curmale sau struguri şi o cantitate mică de orez, sunt totuşi sănătoase şi în putere. Aceasta demonstrează calităţile hrănitoare ale acestor alimente sudice. De asemenea se poate consuma o mare cantitate de portocale, care au o purternică acţiune calmantă asupra sistemului nervos.

Prânzul trebuie să se compună din câteva feluri şi să se încheie prin consumul abundent de fructe.

Un vegetarian începător va proceda minunat dacă va studia bibliografia indicată aici, după care trebuie să se adreseze uneia din multiplele uniuni ale celor specializaţi în metodele naturiste de tratament şi a unei societăţi de primă mână, specializate în producţia şi exportul alimentelor naturale.

Burlacii care locuiesc în marile oraşe trebuie să ia masa la restaurantele (cantinele) vegetariene, În orăşelele mici ucenicul trebuie să găsească pe cineva care, cu ajutorul uneia din numeroasele cărţi de bucate vegetariene, să-i gătească felurile sănătoase respective.

Cine a consumat carne timp îndelungat trebuie să se ferească de a trece rapid la regimul vegetarian şi fără condimente, deoarece şi-ar produce un şoc alimentar. Trebuie să se dezobişnuiască treptat, încetul cu încetul, de alimentaţia carnivoră.

Mai întâi se va consuma carne cinci zile pe săptămână; după un timp se va trece la consumul de carne numai patru zile, apoi două şi în final, timp de două luni, se va mânca numai duminica.

Dacă s-a realizat aceasta, după un interval de timp va fi mai uşoară trecerea la alimentaţia completă fără carne, fără a produce nici un rău organismului.

Viaţa de restaurant trebuie evitată necondiţionat.

Întregul proces de renunţare şi dezobişnuire va necesita în orice caz 1-1,5 ani, iar pentru femei chiar mai mult.

Alături de alimentaţia naturală, ucenicul trebuie să acorde atenţie şi unei alte cerinţe igienice importante: el trebuie să se obişnuiască să doarmă cu fereastra deschisă. Aceasta îi va genera un od sănătos. Odul sănătos reprezintă baza pentru descoperirea forţelor astrale. Cine nu doreşte să se expună deîndată acţiunii directe a aerului nopţii, va deschide un geam într-o cameră învecinată şi va lăsa deschisă uşa dintre camere.

Încetul cu încetul el se va obişnui cu aerul proaspăt al nopţii şi în fine, va deschide geamul dormitorului. Se mai pot încerca şi alte variante – un paravan în faţa patului, sau numai geamul întredeschis.

Trebuie ca ucenicii să fie preveniţi împotriva întreruperii prea bruşte a modului de viaţă obişnuit. În acest caz organismul poate avea de suferit un stres foarte puternic. Numai în cazul unor obiceiuri rele cu cauze psihice, ce nu pot fi părăsite treptat datorită lipsei de voinţă este de preferat întreruperea bruscă.

În timpul somnului trebuie să se renunţe la învelitorile de puf (pilotele), care sensibilizează deosebit organismul celor care le folosesc. Şi aici însă schimbarea trebuie să se facă treptat – numai picioarele vor rămâne pentru început învelite în pilote. În partea de sus se va folosi o plapumă (pătură) mai groasă, mai aspră. Apoi se va renunţa complet la pilotă.

Patul trebuie să fie tare, în nici un caz nu trebuie să se doarmă pe pernă de puf. Somnul dinainte de miezul nopţii întăreşte corpul în mod deosebit, de aceia se interzice orice fel de lectură şi activitate nocturnă seara, astfel încât la 10, somnul să se instaleze deja. În acest caz, corpul va fi menţinut sănătos şi puternic şi se va genera un od activ.

În acest scop trebuie să ne îngrijim, de asemenea, de suficientă mişcare în aer liber, timp de două ore. Cu atât mai mult aceasta este necesară pentru ucenic, pentru dezvoltarea odului, care este foarte afectat de şederea prelungită într-o încăpere închisă.

Ucenicul trebuie să acorde, de asemenea, o mare atenţie îngrijirii raţionale a pielii; deosebit de necesare sunt băile de aer, apă şi soare. Astfel este posibilă prevenirea a numeroase boli, împrospătarea, călirea, şi întărirea corpului, făcându-l rezistent la schimbările de climă, cât şi un câştig pentru corpul astral datorită băilor de soare şi aer, deoarece astfel i se procură acea substanţă extrem de fină, care-i este necesară pentru manifestarea sa în exterior, pe care corpul acoperit de haine o absoarbe într-o măsură insuficientă.

Băile de aer se efectuează foarte uşor. Într-o cameră încuiată ucenicul se dezbracă complet şi efectuează exerciţii de gimnastică. Mai întâi geamul rămâne închis, apoi se va deschide geamul pentru a pătrunde aerul curat. Trebuie să avem grijă să ne ferim depriviri indiscrete punând un paravan sau un alt dispozitiv în faţa geamului. Cine este suficient de călit poate lua chiar băi de aer în natură, dacă este posibil. Pentru începuut baia de aer durează doar o jumătate de oră, mai târziu poate fi prelungită după voie, doar că, după fiecare baie de aer trebuie să urmeze frecţionarea întregului corp cu apă, la început la temperatura de 15 grade, dar apoi tot mai rece.

Băile de soare trebuie efectuate obligatoriu doar în perioada caldă a anului, din iulie până în septembrie. În toate marile oraşe există în prezent locuri special amenajate pentru băile de soare. În alte zone se pot alege (în aer liber) locuri izolate în care să se stea cu o îmbrăcăminte cât mai sumară câte o oră sau chiar mai mult sub razele soarelui. Acolo unde este posibil, se va sta în costum de baie; este bine ca locul ales să fie în apropierea unui lac sau râu, pentru a încheia baia de soare cu o baie adecvată în apă acestuia.

Ucenicul trebuie să stea cât mai mult la soare; curând el va simţi în cel mai plăcut mod acţiunea benefică a razelor de soare şi foarte repede, va primi radiaţia puternică şi sănătoasă a odului.

Sunt necesare, de asemenea, băile de apă. Cele calde sunt necesare pentru curăţirea corpului, dar ele relaxează organismul, dacă sunt practicate prea des. Acţiunea cea mai benefică asupra funcţiilor de bază ale tegumentelor o are apa rece.

Strămoşii ştiau foarte bine că apa vindecă.

Nu este locul potrivit pentru a închina cuvinte de laudă apei, dar ucenicul trebuie să fie convins că spălarea şi băile totale cu apă rece sunt de asemenea importante pentru dezvoltarea unui od sănătos, ca toate celelalte precepte igienice. De aceia trebuie să ne obişnuim puţin câte puţin cu stergerea trupului cu apă rece în orice anotimp. Ucenicul trebuie să atingă stadiul în care să facă băi reci chiar şi iarna. Desigur o asemenea baie trebuie să continue doar un minut. La început sunt suficiente 10-20 de secunde. În cazul unei căliri insuficiente, se va începe cu apă de 15 grade (încălzită). Apoi, puţin câte puţin, se trece la apă complet rece.

Deci toate preceptele trebuie îndeplinite cu aceiaşi conştiinciozitate. Ele pot fi rezumate în trei cuvinte: voinţă, viaţă naturală şi armonie.

Diversele situaţii din viaţa ucenicului, desigur, vor necesita şi schimbări în condiţiile respective. Deci, pentru a executa totul corect, în toate cazurile particulare trebuie avute în vedere doar cele trei condiţii principale:– cei trei factori menţionaţi anterior.

Acum trebuie să ne ocupăm, în special, de cel de-al treilea factor principal – armonia.

Încă din primul capitol ucenicul a remarcat, probabil, că la încheierea perioadei de ucenicie, dorind să meargă înainte, el trebuie să-şi schimbe hainele vechi cu altele, albe ca zăpada.

Albul este simbolul curăţeniei şi virtuţii.

Vechile haine murdare, rupte şi peticite, trebuie să cadă una câte una. Cel de care dorim să ne apropiem are nevoie doar de îmbrăcăminte albă şi curată ca zăpada. Haina albă, curăţenia, armonia împodobesc doar pe cel pe care bucuriile pământeşti nu-l mai pot atrage pe o cale înşelătoare şi până şi suferinţele, nu-i mai tulbură liniştea.

Calea către armonie ne-o arată autocunoaşterea. Dar această cale este plină de strâmtori şi mărăcinişuri. În plus, noi suntem încă îngreunaţi de multe. Purtăm cu noi sarcini mai mari sau mai mici de care avem legate obiceiuri rele, lipsuri, pasiuni de slabă calitate şi chiar unele vicii.

Ne-am îngrijit şi de autocunoaştere, adică, la capătul drumului comod pe care am mers până acum, ne oprim şi ne odihnim puţin. Apoi, examinăm conţinutul bagajelor noastre şi ne îngrozim că trebuie să purtăm atât de multe lucruri grele şi în plus, neplăcute. Şi când dorim să păşim înainte, aceste greutăţi ne apasă îngrozitor. Şi cu aceste poveri trebuie să mergem înainte pe un drum abrupt, greu şi periculos! Este lesne să cazi în disperare, dar o situaţie favorabilă ne ajută.

Numai începutul este foarte greu. Cu cât ne căţărăm mai sus, cu atât constatăm, spre fericirea noastră, o minune

– bagajul nostru nedorit se face tot mai mic şi mai uşor; o greutate după alta cade singură din mâinile noastre. Dacă, odată ajunşi în vârf, ne aruncăm o privire spre prăpastia îngrozitoare aflată la picioarele noastre, vom vedea zăcând, ici şi colo, toate cele lepădate de noi, toate viciile şi pasiunile nedemne. Iar noi suntem acum liberi şi ne simţim atât de uşori şi de bucuroşi, căci ne umple sufletul o beatitudine de neînchipuit.

Am devenit armonioşi.

Nu ne-a fost uşor să ţinem mereu calea dreaptă pe care am mers, deoarece în dreapta şi în stânga se deschideau drumuri splendide care ne atrăgeau, ducând spre nefericirile anterioare pe care de abia le evitasem. Aceste drumuri, care străluceau amăgitor, nu duc nicicând spre vârf.

Ne-am sprijinit pe un baston, care ne-a fost reazem de nădejde.

De mirare! Chiar şi acesta, care la început părea o biată nuia, ce se putea îndoi fără greutate şi rupe în fiecare clipă, cu fiecare pas făcut înainte devenea tot mai rezistent şi mai potrivit pentru apărare. Acum nu s-ar mai putea rupe, căci a devenit mai rezistent ca piatra.

Acest baston este voinţa noastră.

Dacă ne reamintim întreaga noastră acţiune curajoasă, ne cuprinde o uşoară teamă. Fiecare avânt de înaltă moralitate este asemenea acesteia.

Autocunoaşterea noastră ne spune, de pildă: „Sunt stăpânit de un viciu sau altul. Este îngrozitor să recunoşti că eşti îngreunat de ele; ştiu că el, ea îmi îngreunează progresul etic şi vreau să-mi încordez toate puterile pentru a mă elibera de ele". Dacă zilnic se citesc aceste cuvinte, în curând se dezvăluie minunatul lor efect.

Trebuie să ajungem ca această autoinculpare să fie capabilă să provoace în noi o reacţie benefică, de influenţare în bine a tuturor gândurilor, vorbelor şi faptelor. Prin toată

ființa sa omul se va simți însuflețit de o singură dorință fierbinte, tot mai arzătoare și care se va afirma tot mai puternic și mai poruncitor: „Eu vreau să devin mai bun!"

Zilnic se efectuează exercițiul de respirație împreună cu concentrarea gândurilor pentru întărirea voinței în aspirația către bine, spre folosirea ei permanentă în toate situațiile, pentru suprimarea tuturor lașităților față de sine.

Puțin câte puțin voința crește și începe lupta crâncenă împotriva omului mincinos, a celui pseudocult, nutrit de lumea orgolioasă, senzuală și mincinoasă. Toate obiceiurile urâte, defectele și viciile care ne-au fost inoculate de așa numita civilizație trebuie să dispară, iar omul trebuie să se străduiască să gândească, să vorbească și să acționeze numai pe baza adevărului, indiferent ce consecințe ar urma apoi.

În continuare trebuie să ne străduim să fim drepți. Cine s-a obișnuit să-i judece pe ceilalți renunțând în totalitate la propriul eu, cine în aceste cazuri a fost capabil să simtă și să înțeleagă gândurile celorlalți, să descopere și să înțeleagă din punctul lor de vedere principalele motive care-i guvernează în faptele lor, trebuie să fie drept, îngăduitor și omenos față de ceilalți, dar mult mai exigent față de sine.

În continuare, trebuie ca ucenicul să muncească asiduu, pentru a deveni cât mai lipsit de orgoliu. Toate faptele pe care vrea să le execute trebuie analizate în prealabil din punctul de vedere al folosului pentru cei apropiați. Nu se admit nici un fel de probleme privind avantajele sau câștigul pe care acestea le-ar putea aduce ucenicului însuși, care ar fi plăcerea pe care i-ar produce-o.

Adevărata iubire față de aproapele nostru nu se rezumă la vorbele frumoase, ci acționează. De acea trebuie să ne obișnuim să însoțim toate faptele noastre cu numeroase acte de iubire față de cei apropiați nouă.

Aceasta va produce orgoliului și egoismului nostru o mare pierdere.

Tot astfel, gândurile noastre trebuie să se elibereze tot mai mult de egoism. Curățenia inimii trebuie să cucerească lumea gândurilor, deoarece gândurile, așa cum am mai spus, sunt reale, materiale, neauzite, nevăzute și insesizabile cu simțurile noastre, dar care rămân în legătură cu ființa noastră interioară și ne produc noi gânduri, înrudite cu ele.

Acest proces de descoperire a gândului primordial continuă până când fluxul de gânduri care se acumulează cu încetul erupe în noi ca o stihie și ne împinge spre eliberare, la fapte.

Astfel, un gând rău naște necontenit alte gânduri rele, care ne conduc, în final, spre o faptă rea. Dacă s-a întâmplat aceasta, suntem, cuprinși de tristețe, se manifestă în conștiință și ne duce la căință, generează un presentiment confuz de karmă grea, prin care noi trebuie să ne împăcăm cu încălcarea armoniei, care pune stăpânire pe întreaga noastră ființă și ne face nefericiți.

Dimpotrivă, fiecare gând bun naște o serie de noi gânduri bune și din ele decurge și o faptă bună. Sentimentul unei înalte satisfacții, a unei adevărate fericiri sunt răsplata pentru aceasta.

Dar lumea gândurilor, a ideilor acționează în mod reflexiv nu numai asupra agentului, dar și asupra celorlalți oameni; aceștia în sfera de acțiune a acestei lumi, sunt influențați de ea.

Astfel un om rău face rău nu numai prin faptele sale, dar și prin răspândirea intențiilor sale josnice, pe când un om bun își forțează starea sa de armonie să acționeze asupra mediului înconjurător și, prin acesta, și asupra celor ce-l înconjoară, astfel încât, de cele mai multe ori, el dirijează gândurile și faptele celorlalți spre bine.

În primul rând vom învăța să dominăm lumea gândurilor noastre și, pe această cale, putem să ne înfrângem

lipsurile. Gândurile reprezintă viitoarele fapte; acest lucru trebuie să ni-l amintim mereu şi ne vom uşura astfel mersul înainte.

Urmările vizibile ale viciilor şi pasiunilor noastre josnice decurg dintr-o serie de gânduri de acest fel. Primul gând timid este doar o scânteie; în viciile şi pasiunile noastre ea găseşte material inflamabil. Acesta începe imediat să ardă mocnit. Instantaneu se formează noi gânduri – scântei şi dintr-o dată totul este cuprins de o flacără strălucitoare. Incendiul a fost declanşat şi voinţa slabă nu l-a putut stinge. După ce nenorocirea este comisă, revine imediat gândirea cea sănătoasă şi, odată cu ea, căinţa. Şi cât ar fi fost de uşor să fie stinsă prima scânteie! Dar majoritatea oamenilor se comportă ca nişte copii care se bucură de foc şi se joacă cu el, până iau şi ei foc. Cititorul să ia aminte: „cel mai bine este ca gândurile rele să fie suprimate prin trezirea unei serii de gânduri opuse lor". Aceasta funcţionează fără greş, dar numai până când grinzile casei nu sunt cuprinse de flăcări, căci în acest caz cea mai preţioasă parte a casei este deja în puterea stihiilor nesăţioase.

Autocunoaşterea noastră cinstită, pe care putem să ne-o însuşim, atât teoretic – datorită autoinvestigaţiei severe permanente, cât şi practic – datorită unei analize critice a faptelor şi acţiunilor noastre, ne-a spus şi ne spune zilnic cât de mult suntem dedaţi încă proastelor obiceiuri, viciilor şi chiar pasiunilor josnice, degradante.

Numai severitatea nemiloasă faţa de sine poate fi aici de folos.

Deci, omul care doreşte să devină armonic, îşi va întări, în primul rând, voinţa şi-şi va înfrâna simţurile şi poftele. Apoi se va strădui să-şi capete liniştea.

El îşi va imagina că toate cele pământeşti sunt mult prea mărunte şi neînsemnate, pentru ca din cauza lor să intre într-o iritaţie nearmonioasă. Căci un om dizarmonic

îşi exprimă dorinţele prea impetuos, este prea insistent în cererile lui.

Omul va învăţa să preţuiască la adevărata valoare lumea cu tentaţiile sale, dacă va ţine minte că noi ne înşelăm foarte mult asupra substanţei.

Pentru cel hipnotizat, la comanda hipnotizatorului apare un zid compact real acolo unde pentru toţi ceilalţi, care nu sunt sub influenţa hipnozei, este doar aer şi nimic altceva. Pentru cel hipnotizat zidul este atât de real, încât el se poate chiar izbi de acesta. Pentru noi toţi ceilalţi, locul respectiv este gol sau ocupat de mobile, pentru cel hipnotizat este un zid compact, iar pentru un altul, supus unei alte sugestii, el poate fi marea învolburată şi zgomotoasă. Fiecare îşi simte imaginea foarte palpabilă.

Un astfel de rezultat poate fi obţinut nu numai prin sugestie. Fiecare se poate autohipnotiza, se poate convinge dacă doreşte, că un lucru oarecare încetează să mai existe pentru el, iar în locul său poate apare altceva, la fel de real pentru el, care acţionează asupra simţurilor sale, în funcţie de autosugestia sa.

Deci, dacă materia în general, poate apare în urma sugestiei sau, cel puţin, se poate metamorfoza, se naşte în sine supoziţia justă că întreaga lume materială, sau cel puţin formele accesibile simţurilor noastre, nu reprezintă nimic mai mult decât o asemenea sugestie în masă.

Cu ce zâmbet vesel îl gratulăm pe cel hipnotizat care este încântat de lucruri imaginare sau, dacă i s-a insuflat o durere, o suferinţă, se vaită şi geme. Noi ştim că senzaţiile lui sunt doar rezultatul sugestiei, sunt închipuite şi pier în momentul în care aceasta nu mai acţionează; când va fi tezit, cel hipnotizat va râde şi de primejdiile pe care tocmai le-a întâlnit şi care, în realitate, nu au existat. La fel vom putea râde odată de comportarea noastră, după trezire, adică atunci când am reuşit să devenim perfecţi, dacă am

scuturat de pe noi efectele sugestiei ce acţionează pe pământ.

Atunci vom înţelege că întregul vis al durerilor şi bucuriilor imaginare, miile de lucruri mărunte care ne par deosebit de importante, nu merită să ne frâneze dezvoltarea nici pentru un ceas măcar, pentru a nu mai pomeni de multele mii de ani, cum s-a întâmplat mereu, din păcate. Dacă am fi cunoscut în totalitate adevărul, am fi putut atinge mult mai înainte acest punct de vedere superior şi ar fi fost cu atât mai mic numărul de încarnări chinuitoare necesare pentru aceasta.

Viaţa pământească poate fi, de asemenea, asemuită visului. Ce evenimente tragice trăim în vis, evenimente ce se referă la întreaga existenţă umană; noaptea ele ne zguduie la fel ca în timpul zilei. Dar după un timp, după ce ne trezim, vom râde de cele văzute în vis şi nu le luăm niciodată în serios. „Visele sunt ca fumul" – spun oamenii – ceea ce, desigur, nu este pe deplin adevărat, cum vom vedea într-un alt capitol al acestei cărţi.

Ce este, dacă nu un vis, această existenţă trupească pentru suflet? Noaptea a trecut, sufletul s-a trezit din somn în cătuşele trupului şi este frământat mereu de întrebarea: „ce folos îmi aduce visul şi somnul? Mă duce înainte? Sau trebuie să mă las din nou pradă grelei vieţi pământeşti care mă torturează şi mă sfâşie încă o dată, mai rău decât înainte şi, de câte ori încă de acum încolo?"

„Până când – i-ar putea răspunde sufletul perfecţionat – în timpul somnului vei avea conştiinţa că dormi şi visezi. În acest caz ai înceta să mai acorzi atâta importanţă somnului şi visului tău şi ai înţelege nimicnicia vieţii trupeşti; atunci te-ai folosi de somn nu de dragul somnului, ci ca să-ţi dezvolţi spiritul până la culmile cele mai înalte. Atunci, încetul cu încetul, te vei elibera de lanţurile care te ţintuiesc mereu de pământ, pe când cunoaşterea ta creşte,

starea ta de somn va dispare încetul cu încetul; trebuie să-ţi realizezi originea divină. Acum nu te vei mai afla în întuneric, dar în depărtare, drept în faţa ta, este ascunsă într-o ceaţă cenuşie lumina adevărului."

De aceea, ne vom împotrivi din răsputeri tuturor tentaţiilor vieţii trupeşti, pentru a fi calmi şi armonici!

În acest scop trebuie să ne străduim să devenim cât mai lipsiţi de dorinţe. Nici un fel de avânturi pasionale, nici un fel de nădejdi deşarte, nici un fel de dorinţe nesăbuite!

Şi dacă ne cuprinde suferinţa, îi vom opune o linişte plină de stoicism. Nici un vaiet, nici o plângere sau manifestare de furie, nici blesteme sau împotriviri inutile, nici o stare de iritare îngrozitoare. În suferinţă iubirea se manifestă mai deplin decât în plăceri. Doar suferinţa plină de răbdare în depăşirea inevitabilului ne aureolează şi este de folos sufletului nostru.

Dacă bucuria ne zâmbeşte, să fim cu atât mai mult plini de calm şi să ne păzim cu şi mai multă grijă. Nici excese, nici pofte nesăţioase, nici plăceri nesăbuite! Căci în spatele bucuriei se ascund pasiunile pentru plăcere şi pasiunile josnice, care ne pândesc părţile slabe, pentru ca apoi să ne asuprească din nou!

Nu este de loc uşor să treci prin viaţă fără a fi marcat puternic de ea. În primul rând aceasta se învaţă şi se exersează un timp, dar putem reuşi dacă avem o voinţă puternică şi aplicăm forţa dorinţei.

Exerciţiul următor poate uşura, într-o măsură oarecare, munca noastră grea.

Ne imaginăm cât mai clar o mare bucurie, care survine pe neaşteptate – că biletul la loterie pe care-l avem a câştigat lozul cel mare, că dintr-o dată, îl putem vedea din nou pe omul iubit de care am fost despărţiţi timp îndelungat, sau un alt eveniment de acest fel. Reprezentarea trebuie să fie adusă, timp de câteva minute, la o claritate

deosebită, foarte veridică, trebuie să pună în totalitate stăpânire pe noi şi să ajungem la a ne convinge că iluzia a devenit realitate. Trebuie să trăim această bucurie până la cele mai mici amănunte – de pildă, cum vom încadsa câştigul, ce vom face datorită lui, ce bucurii dorim să ne provocăm cu ajutorul lui etc.

Apoi trecem brusc sub imperiul reprezentării contrare – că ne-am înşelat, un alt bilet a ieşit câştigător, am greşit cu o singură cifră etc.

Acum vom trece la partea morală a exerciţiului. Ne vom strădui să depăşim dezamăgirea. Trebuie să ne imaginăm că pentru noi bogăţia este perfect inutilă, că ne-ar fi deranjat chiar în mod evident în tendinţa de progres, că omul interiorizat, veşnic, adevărat, suferă de cele mai multe ori, dacă omul schimbător cu înveliş trupesc se bucură de fericirea înşelătoare, că este mult mai raţional să trăim după regulile lui Cato, care ne învaţă că trebuie să ne obişnuim cu lipsurile şi să nu avem nevoie de nimic. În continuare trebuie să ne spunem că nimic nu e mai înşelător decât fericirea pământească. Omul nu a fost creat pentru a rămâne timp îndelungat alături de ea, până nu a atins un grad înalt de cunoaştere, deoarece saturaţia, tristeţea şi setea de schimbare împiedică apariţia fericirii adevărate, a fericirii veşnice.

Astfel ne vom strădui să refacem armonia.

Cine s-a obişnuit să privească fericirea calm şi nu se lasă îmbătat de ea, va rămâne liniştit chiar şi atunci când o va pierde din nou.

„Nu-ţi da inima nimănui şi nu vei pierde nimic". Astfel te vei feri de multe suferinţe şi de multe ceasuri de amărăciune. Încetează să te mai iubeşti pe tine însuţi – îţi aduci mai mult folos dacă serveşti altora din simţământul pur al dragostei faţă de oameni şi al datoriei împlinite!

Pentru a te înălţa mai sus, exersează totdeauna, orice s-ar întâmpla cu tine, în condiţiile unor evenimente mari sau mici, urmăreşte cu stricteţe suprimarea dorinţelor şi speranţelor tale deşarte. Dacă ai învăţa toate acestea ce te mai poate nelinişti în cazul acesta?

Învaţă renunţarea de bună voie, dezice-te de micile plăceri din proprie iniţiativă, renunţă la confortul, la lucrurile ce te bucură în mod deosebit şi nu-ţi va mai fi greu când soarta îţi va cere un sacrificiu important!

Suportă cu răbdare şi toate suferinţele sufleteşti. Niciodată omul nu poate învăţa mai bine ce este răbdarea decât în timpul suferinţelor trupeşti. Întăreşte-ţi voinţa. Suferinţele trupului sau ale sufletului te pot chinui doar atât timp cât ai voinţa slabă!

La fel, forţa dorinţei ne poate fi sprijin în mare măsură pentru a deveni calmi şi armonici. În fiecare dimineaţă, după trezire, ne vom concentra atenţia asupra următoarelor idei, care pot fi modificate după dorinţă, doar sensul să rămână acelaşi.

„Trebuie să fiu deosebit de calm, bucuros şi perfect armonic şi aşa trebuie să rămân pentru totdeauna. Nu voi mai avea nici un fel de recidive. Toată fiinţa mea trebuie să fie pătrunsă de armonie şi să împartă în jur calm şi pace asupra a tot ce mă înconjoară.

Nu mai vreau să fiu de neînduplecat. Trebuie, de asemenea, să fiu deosebit de răbdător şi voi primi cu calm tot ce se întâmplă. Nu mă voi înfuria şi nu voi mai fi iritat de nimic. Vreau să fiu îngăduitor în legătură cu toată lumea, serviabil şi să suport în linişte orice contrazicere. Pe viitor în sufletul meu trebuie să predomine o stare de calm absolut şi nu trebuie să permit ca aceste calm şi echilibru sufletesc să fie încălcat de ceva.

Nu mai vreau să am nici un fel de stări de dizarmonie. Orice astfel de stare ce s-ar manifesta în sufletul meu sau

pe care ar dori să mi-o transmită altcineva o voi suprima chiar din faşă şi nu-i voi putea permite să se dezvolte. Nu mai vreau, de asemenea, să fiu supărăcios.

Voinţa mea va fi dirijată spre bine şi se va întări foarte mult. Vreau să mă folosesc de acum mereu de această voinţă, dacă este vorba de grăbirea dezvoltării mele morale.

Vreau ca în această încarnare să-mi ating pe deplin ţelul, vreau să distrug tot egoismul, orgoliul şi toate nimicniciile care mă înconjoară şi să mă umplu de dragoste faţă de apropiaţii mei.

Având aceste opinii trebuie să-mi păstrez tot calmul deplin, să recunosc fără teamă adevărurile recunoscute şi să le împărtăşesc în vorbe puţine.

Vreau să înfrâng, de asemenea, toate mişcările sufletului şi în toate cele să devin pentru totdeauna, străin de pasiunile josnice."

Această concentrare trebuie să dureze între 20 şi 30 de minute. Apoi urmează un exerciţiu de respiraţie, odată cu dorinţa puternică de a deveni armonic. Conţinutul acestei dorinţe trebuie să cuprindă cele de mai sus, cât mai pe scurt, aproximativ în felul următor:

„Azi voi fi toată ziua împăciuitor, liniştit, armonic şi nu voi permite ca nimic să mă scoată din echilibrul meu sufletesc. Vreau ca la toate evenimentele care vor avea loc azi să răspund gândindu-mă la echilibrul meu sufletesc şi, îndeosebi, să mă îngrijesc ca să nu apară o recidivă".

Seara, chiar înainte de a adormi, trebuie să ne gândim cu asiduitate dacă în decursul zilei am gândit şi am acţionat aşa cum ne-am propus prin forţa dorinţei încă de dimineaţă. În ceea ce priveşte comportamentul propriu în cursul zilei se aplică cea mai severă autocritică. Aceasta reprezintă o rugăciune miraculoasă, care este totdeauna eficientă, îndeosebi dacă suntem capabili să adormim totdeauna cu unul şi acelaşi gând, cu aceeaşi dorinţă – de a

ne trezi dimineaţa mai veseli şi armonici. (vezi monodeismul).

Ucenicul trebuie să observe cu grijă ce este foarte important pentru dezvoltarea sa, cu ce simţăminte a adormit, deoarece s-a trezit cu aceleaşi simţăminte care peste noapte au devenit mai puternice şi îi va fi mai greu acum să se apere de ele. Nimic nu este mai periculos decât să luăm cu noi în lumea somnului şi a viselor grijile, furia sau disarmonia. De aceea trebuie să ne străduim să adormim cu gânduri vesele şi limpezi, privind mersul nostru înainte, indiferent ce nenorociri ni s-au întâmplat peste zi.

În continuare, în fiecare zi se face cel puţin o faptă bună, în folosul celorlalţi, la înfăptuirea căreia nouă să ne fie foarte greu şi să nu ne aducă nouă nici un folos, din contră. Dar se intezice lauda cu cele înfăptuite. Nimeni nu trebuie să ştie despre fapta bună, în afara celui căruia îi este destinată binefacerea respectivă. De asemenea, nu trebuie să căutăm recunoştinţa.

Ucenicul trebuie, de asemenea, să prevină invidia şi proasta dispoziţie. În mod absolut nu trebuie să permitem apariţia unor astfel de dispoziţii chinuitoare. Dacă acestea apar, ele trebuie nimicite imediat; prin concentrare ne vom îndrepta gândul spre daunele produse de aceste sentimente, în ciuda lor, cu veselie şi bună dispoziţie.

Un mijloc foare bun, verificat, este să fredonăm un cântec vesel. El ne va înveseli foarte repede. După ce ne-am concentrat, vom cânta până când ne vom simţi perfect liniştiţi şi apăraţi de recidivele proastei dispoziţii.

Desigur, trebuie să vrem să scăpăm de proasta noastră dispoziţie şi vom reuşi totdeauna.

În aceeaşi măsură nu trebuie să admitem nici un fel de griji sau nelinişti. Totdeauna trebuie să ţinem minte că prin proastă dispoziţie atragem spre noi un roi de fiinţe materiale minuscule de joasă factură, care, atrase de omogenitatea

simţămintelor noastre de tristeţe, se leagă de noi şi ne fac şi mai nefericiţi; cine opune însă gândurilor sale întunecate veselia şi calmul, atrage către sine fiinţe mai perfecţionate, care ajută la depăşirea tristeţii, durerilor şi dorului.

În cadrul autocriticii sale zilnice, ucenicul va trebui să acorde atenţie tuturor lipsurilor sale.

El trebuie să înveţe să recunoască faptul că este neîngăduitor şi se acomodează greu cu ceilalţi. Majoritatea oamenilor sunt aşa. Ei sunt mulţumiţi doar dacă se face ceea ce doresc ei, dacă se face pe placul lor, deşi de multe ori s-au convins singuri că ceea ce vor nu este corect sau cinstit. Acest viciu provine din dorinţa de a comanda ce zace în interiorul lor şi care le poate face mult rău celor din jur, dacă nu se stopează la timp.

Ucenicul trebuie să lupte energic împotriva lipsei de îngăduinţă, a inflexibilităţii sale, deoarece în caz contrar el nu va putea scăpa de starea de iritare continuă; el trebuie să înveţe să suporte cu calm contrazicerile, trebuie să recurgă la concursul raţiunii şi să permită şi celuilalt să spună ce crede, căci fiecare este dotat cu raţiune şi libertate de voinţă. Cerând de la ceilalţi concesii permanente, cel în cauză îi supune la o dependenţă de sclavi faţă de el. Cine tinde să progreseze nu trebuie să comită astfel de greşeli.

Toţi oamenii sunt egali în drepturi. În realitate nu există nici un fel de diferenţieri sociale sau de origine.

Opinia nedreaptă, dar, din păcate, foarte răspândită, că femeia trebuie să se supună bărbatului, că pentru ea nu este posibilă atingerea unui nivel de dezvoltare psihică şi intelectuală egal cu al bărbatului, reprezintă o gravă eroare, care pune pecetea iraţionalului şi a despotismului asupra secolului nostru, aparent civilizat. Nu trebuie să educăm femeile ca pe nişte păpuşi, nu trebuie să le educăm insuflându-le, încă din copilărie, sentimentul supunerii şi al

slăbiciunii fizice şi psihice; ele trebuie pregătite în mod corespunzător pentru bătălia vieţii şi vor deveni atunci egale, din toate punctele de vedere, cu bărbaţii.

Pentru a ne dezobişnui de lipsa de îngăduinţă nu trebuie, desigur, să cădem în cealaltă extremă, spunând în orice situaţie „da", chiar la o petrecere sau o nedreptate. Trebuie să procedăm raţional, luând în consideraţie că şi această a doua extremă nu ne este permisă.

De asemenea, trebuie să ne ferim de iritare şi furie. De cum începem să ne agităm şi un cuvânt rău este gata să ne scape de pe buze, sau muşchii se încordează pentru o faptă necugetată, imediat trebuie să ne imaginăm următorul raţionament: Ceea ce vreau să săvârşesc acum este nedemn de mine! Eu iubesc pe toată lumea şi m-am decis să fac numai bine. Inima mea este însufleţită de dorinţa fierbinte de a-i sluji pe toţi; cât de iraţional ar fi să-mi dezvălui astfel lipsa de stăpânire! Şi de ce sunt atât de iritat? Aproapele meu m-a nedreptăţit, el a vrut să-mi facă rău, iar eu vreau să-i plătesc pentru aceasta printr-o faptă bună. Fie mai bine ca el să acorde mai multă atenţie faptei sale nedrepte, decât să mă las pradă supărării şi să-i plătesc răul cu rău. Cine în momentele de furie se sileşte să raţioneze în acest mod, acela în majoritatea cazurilor nu va spune o vorbă rea şi nu se va înfuria.

Cu cât vom manifesta mai multă răbdare, cu atât va trece mai repede furia.

Este foarte bine să se manifeste răbdare în timpul zilei, în cazul unor neplăceri mici, pe timpul îndeplinirii îndatoririlor de serviciu, în relaţia cu familia şi cei apropiaţi. Răbdarea se capătă numai datorită unor antrenamente permanente şi unei permanente vigilenţe. Răbdarea este vecină cu dragostea. Dacă îţi iubeşti aproapele, vei fi şi răbdător cu el, faţă de lipsurile şi neajunsurile lui. Îl vei privi nu ca pe un om rău, ci doar ca pe un suflet aflat în

rătăcire. Căci şi tu însuţi eşti la fel şi ai nevoie de o imensă răbdare a celorlalţi faţă de tine!

Ucenicul trebuie să se elibereze, de asemenea, de orice orgolii. Aceasta se referă la repezentanţii ambelor sexe.

Orgoliul se compune din egoism şi trufie. El este comic, deoarece demonstrează naivitate şi superficialitate.

Ce folos are ucenicul din faptul că oamenii îl consideră frumos, deştept, dotat cu bun gust şi finețe sau savant? Aceasta se potriveşte în jocurile copilăreşti. Este mai bine dacă oamenii îl consideră bun şi iubitor de adevăr. Este mai bine să fii considerat om decât fante. Cine-şi doreşte aplauzele publicului s-a abătut de la calea dreaptă.

Adevărul, iubirea şi binele poartă haine sărăcăcioase.

Ucenicul care tinde spre aceste virtuţi trebuie să se îmbrace curat şi îngrijit, dar simplu şi adecvat, fără nici un fel de găselniţe (nebunii) ale modei. Îmbrăcămintea nu există pentru a-l „compune" pe om, ci doar pentru a-l apăra împotriva influenţelor atmosferice.

Cel ce stăpâneşte adevărata cunoaştere trebuie să fie modest şi nu trebuie să se împopoţoneze ca un păun, deoarece în lumea spirituală, bunătatea inimii este mai de preţ decât orice cunoaştere umană.

Nu este locul aici să vorbim despre numeroasele obiceiuri mărunte de care trebuie să se elibereze ucenicul. Civilizaţia modernă ne-a înzestrat cu o mulţime de obiceiuri dăunătoare, cu numeroase griji mărunte, care ne consumă timpul, astfel încât despre un singur aspect de acest fel se poate scrie o carte întreagă. Pe măsura adâncirii autocunoaşterii, ucenicul va reuşi să observe părţile comice ale acestui balast şi să se elibereze cu încetul de el.

Însemnătatea virtuţilor menţionate şi a înaltei dezvoltări etice merită pe deplin ca, la încheierea acestui capitol, ucenicul să-şi îndrepte din nou atenţia spre achiziţionarea tuturor celorlalte calităţi, pe care le va căpăta în următoarele pagini, să fie realizate nu atât pentru folosul propriului

trup trecător, cât pentru bunăstarea aproapelui şi în folosul spiritului nemuritor care se avântă spre progres.

7. Despre od

Toate comunicările astrale au loc numai cu ajutorul unei substanţe infinit de fine, care a fost denumită de savantul Karl von Reichenbach „od", de la numele zeului norvegian *Odin*, care conducea lumea.

Prin nenumărate experienţe, pe care le-a desfăşurat într-un mod strict ştiinţific şi riguros, Reichenbach a demonstrat că trupul omului radiază, emite radiaţii luminoase sau, uneori, chiar palpabile, care înfăşoară întregul corp.

În continuare el a demonstrat că acest od este capabil de polarizare. Partea dreaptă a corpului emite radiaţii albăstrui şi, ca şi mâna dreaptă, acţionează pozitiv asupra unui magnet mineral, pe când partea stângă emite radiaţii roşiatice şi acţionează negativ, ca şi mâna stângă.

Aceste radiaţii odice sunt extrem de diferite la reprezentanţii celor două sexe şi, chiar la cei de acelaşi sex se remarcă diferenţe mari, suferind, de asemenea, mari modificări în funcţie de starea sănătăţii. Radiaţiile cele mai luminoase şi puternice se înregistrează la omul sănătos, pe când bolnavul emite radiaţii slabe şi palide.

Odul este emis de toate substanţele organice şi anorganice; probabil întregul univers este plin cu acesta. Chiar luna şi soarele îl emit. În corpul uman odul este activat pe cale chimică. Noi îl emitem şi îl receptăm permanent. Noi îl emitem la fiecare mişcare, la fiecare respiraţie – din picioare pe pardoseală, din mâini – asupra tuturor obiectelor pe care le atingem, asupra tuturor materialelor – lemn, metale, apă, hainele noastre etc.

La partea inferioară a corpului radiațiile emise sunt mai gălbui, iar partea superioară emite radiații mai albăstrui. Într-un corp bolnav predomină radiațiile gălbui. Orice persoană cu percepție extrasenzorială se poate convinge imediat de existența acestor radiații. Partea mai puțin sensibilă a neamului omenesc – din păcate mai mult de jumătate dintre oameni – se poate convinge pe deplin de existența radiației odice numai prin dezvoltarea sensibilității psihice. În orice caz, următorul experiment interesant ne permite să ne facem o imagine a acestei radiații a corpului uman. Dacă ne vom pomeni pe neașteptate într-o cameră întunecoasă, unde se mai află încă o persoană, știind unde anume se găsește cealaltă persoană și, presupunând că stă perfect liniștită, fără a-și trăda prin nici un zgomot prezența, după circa o jumătate de oră, iar uneori abia după o oră, vom putea distinge în direcția respectivă o slabă fosforescență, care încet devine mai intensă și ia conturul unui corp uman. Din păcate, această experiență nu reușește totdeauna, deoarece nu oricine dispune de suficientă răbdare.

În urma tuturor cercetărilor întreprinse, odul a început să fie considerat material al forței vitale, deoarece odul sănătos se transmite unui corp bolnav și îl vindecă. Odul este, de asemenea, conductor al gândurilor, lucru de care ne convinge telepatia. El umple întreaga natură și este elementul formativ care dă viață chiar și regnului mineral; transferat asupra altui organism, nu-și pierde proprietățile.

Știința, care până acum a negat existența odului și, în parte, încă o neagă, este nevoită, datorită celor mai noi descoperiri, să recunoască acest adevăr. Un număr nesfârșit de savanți au demonstrat, prin numeroase experiențe de necontestat, existența emisiei odice a corpului omenesc, existența, în general, a odului, minunatele sale proprietăți; ei au ajuns permanent la concluzia că odul constituie transportul material al voinței, gândurilor și energiei vitale.

Datorită fineții sale odul pătrunde prin toate corpurile materiale, mai puțin fine, îndeosebi prin lemn, metale și părți ale corpului uman. Astfel, el are o mare asemănare cu multe tipuri de radiații nou descoperite. Reichenbach putea abate acul busolei cu un deget, fără să atingă în vreun fel busola, ca și cum degetul său era un magnet.

Această proprietate odică a fost arătată în ultima vreme de Harnak, profesor la Universitatea din Halle. Experiențele lui confirmă emisia unei forțe magnetice din mână. Profesorul a remarcat că, la o ușoară frecare a geamului cutiei unei busole, acul acesteia se va abate, fiind deviat de la poziția inițială.

Remarcabile sunt experiențele desfășurate de colonelul Rochat, directorul Politehnicii din Paris, care a studiat îndeosebi problema exteriorizării odului uman și a confirmat pe deplin descoperirile lui Reichenbach. El a reușit și imprimarea pe placă fotografică a radiației corpului omenesc.

Iată ce povestește despre aceste experiențe ale lui Rochat autorul lucrării *Magia ca știință a naturii*, Du Presle:

„Experiențele lui Rochat constituie un strălucit exemplu de pătrundere a științelor naturale moderne în domeniul magiei. Partea cea mai întunecată a magiei – vrăjitoria – va fi pusă în lumină și-și va găsi explicația științifică, atâta timp cât magnetismul constituie conductorul energiei vitale, dacă este capabil de exteriorizare, păstrându-și totodată capacitatea de sensibilitate".

„Din cele mai vechi timpuri se cunoaște, de pildă, așa-numita imagine vrăjită; se executau din ceară figurine și, prin tratarea lor cu asprime era produs un rău oarecare persoanelor pe care le repezentau. Acum Rochat a demonstrat că nu numai apa, dar și alte substanțe dense, pot acumula odul exteriorizat și, prin aceasta, devin capabile de sensibilitate; în cazul unui raport magnetic existent, se

poate produce un rău omului care emite odul. Rochat introducea o mică statuetă confecționată din ceară în fluxul odic exteriorizat și, dacă aceasta era înțepată cu acul, se descopereau înțepături pe aceleași părți ale corpului unui somnambul care emitea odul. Pe capul figurinei de ceară au fost fixate fire de păr prelevate de la o somnambulă (de la ceafă), apoi figurina a fost îndepărtată. Rochat a trezit-o pe somnambulă și a început să discute cu ea. Deodată, ea a dus mâna la ceafă, susținând că a fost trasă de păr. În același timp a fost trasă de păr figurina de ceară. Apoi, în calea fluxului odic exteriorizat a fost așezată o placă fotografică. S-a luat o fotografie a subiectului (a somnambulei). Când acest portret a fost înțepat de două ori cu acul, somnambula a simțit înțepăturile exact în locurile respective – pe mâna dreaptă, a strigat și și-a pierdut pentru o secundă cunoștința. Când și-a revenit, pe dosul mâinii drepte s-au obsevat două dungi roșii care nu fuseseră acolo anterior și care corespundeau pe deplin dungilor trasate cu acul pe fotografie. În cadrul unei alte experiențe Rochat a făcut înțepături pe mâinile încrucișate de pe portret. Somnambula a început să plângă și peste 2-3 minute a apărut, sub ochii privitorilor, și stigmatul respectiv. Sugestia și autosugestia sunt excluse, deoarece Rochat se întorcea intenționat cu spatele când înțepa imaginea, iar somnambula nu știa nici unde se află imaginea".

„După ce s-a convins odată că din mâna lui iese un adevărat flux magnetic și că poate adormi somnambula ținând mâna în fața frunții sale, i-a venit ideea să transfere unei plăcuțe de sticlă această radiație; apoi i-a ordonat asistentului ascuns după un paravan să suprapună această plăcuță peste imaginea fotografică a somnambulei, care imediat a încetat să vorbească și a adormit. Atunci Rochat s-a dus după paravan și a trezit-o pe somnambulă, suflând asupra fotografiei. Când somnambulei i s-a povestit ce s-a

întâmplat, ea a crezut cu greu și a declarat că, la repetarea experienței, ea ar putea să-și înfrângă somnolența. Când cele două plăcuțe au fost suprapuse din nou, n-a durat nici un minut și ea a adormit din nou".

În cadrul acestor experiențe de exteriorizare, Rochat a ajuns până acolo încât în dreapta somnambulei a apărut un spectruluminos, adică dublura exteriorizată vizibilă de somnambulă, și a trebuit realizat un experiment pentru a demonstra realitatea acestui spectru cu ajutoul fotografiei. De aceea Rochat a dus somnambula la fotograful Nadar. Somnambula era cufundată într-un somn magnetic și a spus că spectrul se află la distanța de 1 m de ea. Rochat a întins mâna în direcția arătată de ea și somnambula i-a spus că simte o atingere directă, de unde se putea deduce că acum el atinsese spectrul (fantoma). Apoi mâna i-a fost luminată pentru a menține aparatul de fotografiat. Timp de un sfert de oră aparatul a fost îndreptat spre locul respectiv. În acest timp somnambula își relata impresiile: ea vedea că dublura sa strălucește într-o lumină albăstruie, că are un trup ce se distinge nu prea clar, că fața, pe care ea o vede în profil, care este mult mai clară, este înconjurată de o flacără tremurătoare. Pe placa developată a apărut un profil, iar sub nas și pe ochiul drept erau două pete, al cărui studiu microscopic a demonstrat că acestea nu sunt defecte ale peliculei (plăcii de sticlă). De aici Rochar a dedus că, poate, chiar somnambula însăși are puncte hipnogene, din care apare o radiație magnetică mult mai puternică decât din alte puncte ale corpului. Un studiu minuțios a demonstrat existența acestor puncte, despre care Rochat nu știa până atunci. Deoarece somnambula nu avea astfel de puncte în partea stângă a corpului, fantoma a fost fotografiată din partea dreaptă".

Dacă simțul tactil poate fi exteriorizat, acest lucru trebuie să fie posibil și în ceea ce privește celelalte simțuri.

Când Rochat a pus în apă sensibilizată de od un flacon cu o substanţă puternic mirositoare, mulţi subiecţi au simţit mirosul acesteia. O persoană a căzut în extaz când în apă a fost introdus un flacon cu picături de laur. Fără voie îţi vin în minte frunzele de laur (dafin) pe care le avea Pitia la Oracolul din Delfi. Când Rochat a aşezat lângă umărul somnambulei adormite o soluţie de sare Glauber şi o a treia persoană a realizat cristalizarea acesteia, somnambula a suferit în acelaşi timp o contracţie foarte dureroasă a mâinii; după 12 zile în masa cristalină a fost înfipt un cuţit şi somnambula, aflată în camera vecină, a simţit înţepătura şi a scos un strigăt.

În timpul primei sale experienţe, Rochat a făcut fără să vrea o greşeală. În loc să lase lichidul odizat să se evapore în mod natural, el l-a aruncat afară pe fereastră. Aceasta s-a petrecut într-o seară, când afară era un ger puternic şi el trebuia să execute nişte experienţe cu două persoane, care erau invitate şi a doua zi. Dar ele nu au venit. După o zi a venit una dintre persoane, cu mare greutate, arătând a fi foarte bolnavă. Ea a povestit ce au păţit în cursul nopţii precedente: amândouă au avut colici foarte puternici şi au îngheţat cumplit, neputând să se încălzească toată noaptea.

Dar odul este şi individual şi depinde de proprietăţile psihice ale omului. El modifică tonul dominant (de bază) în funcţie de starea sufletească. Despre aceasta putem citi în articolul medicului Stanton Huker din caietul 3, anul XIII al *Lumii suprasimţurilor*, articol intitulat „Radiaţiile umane şi spectrul lor", care reprezintă o dovadă târzie a emisiei odice şi din care aflăm că razele emise de oameni foarte pasionaţi au, de cele mai multe ori, o culoare intensă verde închis. Cei ce caută să fie buni şi să facă fapte bune emit raze de culoarea roz; marii gânditori emit radiaţii albastru închis; la cei iubitori de artă razele au culoarea galbenă, iar cei abătuţi sau preocupaţi au o emisie de

culoare cenuşie. Oamenii care duc o viaţă destrăbălată emit raze cu o culoare brun-murdar; persoanele religioase şi virtuoase emit raze albastru deschis: cei cu tendinţe spre progres – verde-deschis; bolnavii fizic sau psihic – raze de culoare verde închis etc.

Culorile se văd la periferia radiaţiilor, care îmbracă întregul corp ca un înveliş. Ele se schimbă, dar în nici un caz nu influenţează tonul de bază, care în partea dreaptă este albăstrui, iar în stânga roşiatic.

După Reichenbach, ochii oamenilor par în întuneric mai întâi complet întunecaţi, dar după un timp oarecare încep să lumineze şi, cu cât persoana respectivă este într-o stare de agitaţie sufletească mai puternică, cu atât fascicolul de raze emis de ochii săi este mai luminos. Emoţiile psihice intensifică emisia odică, dar influenţează, de asemenea, modificând calitatea acesteia. Intensitatea gândurilor are, de asemenea, influenţă asupra procesului de emisie odică. Cu cât un magnetizator se gândeşte mai intens la ceea ce face, cu atât el îşi va atinge obiectivele mai bine şi mai uşor.

Odul este pe deplin individual. Dacă diferite persoane vor magnetiza prin acţiunea lor un pahar cu apă, de fiecare dată acesta va avea un gust aparte. Odată, într-o societate numeroasă, o persoană deosebit de sensibilă a cerut celor pezenţi să-i dea fiecare câte un obiect mărunt după aspectul căruia să nu poată fi recunoscuţi posesorii respectivi, ca bijuterii (inele), mănuşi etc. Persoana sensibilă a amestecat foarte bine aceste obiecte şi apoi le-a înapoiat, cu o precizie uimitoare, posesorilor respectivi. Îndată ce lua în mână un obiect, ea intra în comuniune cu odul respectivului posesor de care era impregnat obiectul şi care îl atrăgea irezistibil spre persoana căreia îi aparţinea obiectul. Persoanele foarte sensibile disting proprietăţile individuale ale odului chiar când se amestecă cu o serie de alte emanaţii.

Pe scurt, putem să declarăm, alături de Du Presle că la baza individualității noastre se află odul.

În lucrarea sa *Magia ca știință a naturii*, el spune:

„Toate particularitățile organice și psihice prin care ființele vii se deosebesc unele de altele sunt, fără îndoială, de natură odică. Recunoaștem aceasta mai mult sau mai puțin în toate procesele de exteriorizare odică, la toate funcțiile denumite magice, deoarece ele se săvârșesc fără contribuția corpului material și pentru care noi considerăm ca agent omul magic interior. În cazul acestor funcții magice omul acționează de la periferia corpului său către exterior, iar noi nu suntem făcători de minuni, deoarece și aceste funcții trebuie să-și aibă fundamentul fizic.

Deci, la analiză, considerăm în permanență ca ultima verigă a procesului psihic această emisie odică, ca urmare noi pătrunzând în domeniul fizicii invizibilului, dar în nici un caz a supranaturalului. Astfel, toți magii realizează faptul că omul odic interior se contopește cu ființa odică interioară a naturii, îi percepe influența și poate acționa asupra ei".

Totul emite radiații. Despre aceasta putem vorbi cu încredere datorită celor mai noi descoperiri.

Toate substanțele materiale au proprietatea de a forma permanent emisii de radiații. Elementul nou-descoperit „radiul", care poate fi transformat într-un alt element – „heliul", ne convinge de proprietățile materiei de a genera de la sine radiații, deoarece radiul le emite cu o forță de necrezut, fără a se împuțina de fel.

Ceva similar se petrece și cu trupul omenesc. Odul care a luat naștere în el este emis necontenit și se restabilește neîncetat. Dacă pierdurile de od se află într-un raport corect cu reînnoirea sa, corpul este sănătos. În principal, odul este emis din păr, din mâini și picioare; din mâini emisia este deosebit de puternică – din degetele mare, arătător și mijlociu; el iese mai ales din vârfurile degetelor sub forma

unui norișor albăstrui, subțire, care se rotește în jurul degetelor și se împrăștie apoi în sus.

Reichenbach a denumir acest norișor „flacără odică".

Senzitivii descriu apa magnetizată de od ca pe un lichid fosforescent care fumegă și care, amestecat cu o baghetă, poate fi asemănat cu un foc lichid.

Aura strălucitoare pe care cei sensibili o vedeau în jurul capului unui sfânt nu era nimic altceva decât o puternică emisie a flăcării odice, ceea ce putem demonstra aici. Marele magnetizator Kramer le apărea adesea în semiîntuneric celor sensibili, cu o aoreolă strălucitoare în jurul capului.

În același fel savanții explică majoritatea minunilor biblice. Apostolii și sfinții, datorită modului lor de viață și înaltului lor simț etic, aveau o emisie odică deosebit de puternică și intensă; de aceea, cu ajutorul ambelor mâini, a respirației și, uneori și printr-o deosebită concentrare a voinței pentru vindecare, ei puteau transmite unui trup bolnav o cantitate atât de mare de od încât se restabilea schimbul odic perturbat de boală și corpul omul redevenea sănătos.

Odul este oprit asemenea luminii, poate fi concentrat de o lentilă și dispersat de o alta. Odul poate voala, de asemenea, o peliculă fotografică aflată în caseta opacă.

Despre razele N, nou-descoperite, care sunt perfect identice razelor odice descoperite de Reichenbach, vom prelua din raportul lui Pavel Zillman, care a fost publicat în *Noua revistă metafizică* (caietul 6, pag. 365, anul 1904), următorul pasaj:

„Trecând de la diferitele substanțe radioactive ale împărației mineralelor, ne vom referi la plante, animale și om. Aici, în lumea activității conștiente superioare constatăm, de asemenea, emisia continuă din interior în afară. Mai întâi aceasta este formată de undele calorice ale corpului viu și undele electrice, cunoscute de multă vreme. Acum

savanţii francezi Blondelot şi Charpantier au descoperit la Nancy un al treilea tip de raze, denumite de ei raze N. Metoda ştiinţifică de cercetare a constat în apropierea unei hârtii acoperite cu un strat de sulfură de calciu, de părţile corpului care manifestă o activitate mai intensă. Sulfura de calciu devine fosforescentă şi pe hârtia respectivă apare conturul luminos al organului vizat. Astfel, odul luminos al corpului uman, de existenţa căruia am fost deja convinşi în anii '50 datorită experienţelor riguroase ale lui Reichenbach, a fost descoperit din nou în mod ştiinţific. Până în pezent numai savanţii francezi au reuşit să urmărească aceste fenomene. Despre mecanismul experienţelor lui Blondelot şi Charpantier nu se cunoaşte încă dincolo de hotarele patriei lor.

Aici se deschide un nou tărâm propice pentru cercetări. Imaginaţi-vă o scufiţă acoperită cu sulfură de calciu, care se îmbracă pe capul celui supus experienţelor. De îndată ce subiectul începe să vorbească, începe să lumineze în creierul său centrul vorbirii, aşa-numita circumvoluţiune a lui Broca, în partea anterioară stângă, producând fosforescenţa învelişului. La scriere se obţine un efect mai slab al centrului scrierii. Experienţele ulterioare vor permite localizarea centrilor din creier, cel puţin a celor dispuşi la suprafaţă, mai bine şi mult mai uşor decât în cazul vivisecţiei! Mielita, al cărei diagnostic are o mare însemnătate în medicină, poate fi determinată mai uşor şi mai precis. Şi ceea ce este mai important, un corp mort nu emite nici un fel de raze N şi astfel putem determina cu mare precizie despărţirea monadei din corpul material". Într-un alt pasaj se spune:

„În practică aceste raze au fost folosite dintotdeauna de magnetizatori, pentru a elimina dereglările din diferite corpuri eterice şi fizice".

8. Telepatia sau transmiterea gândurilor

O telepatie perfectă necesită o stăpânire completă a concentrării gândurilor şi a stării pasive.

În cazul majorităţii acţiunilor odice avem de-a face cu trei factori invariabili şi anume: agentul (cel ce-l lansează, adică cel ce produce voinţa, elementul pozitiv), percipientul (elementul pasiv – primitorul) şi, în fine, odul (care transmite voinţa, intermediarul).

Ucenicul se poate antrena în mod egal în rolul de agent şi percipient. El trebuie să convingă o persoană simpatică pentru a-l ajuta în acest exerciţiu şi a se antrena astfel laolaltă. Dar această persoană trebuie să fie sănătoasă şi trebuie să aibă o bună moralitate; ucenicul trebuie să fie convins în mod deosebit de aceasta, ca şi de faptul că persoana este pe deplin demnă de încrederea sa şi-i este atât de devotat, încât nu i-ar putea face rău în nici un fel. De asemenea este necesar ca persoana respectivă să fie convinsă pentru a se antrena în permanenţă în stare activă sau pasivă, iar pregătirea teoretică necesară o poate afla cu uşurinţă în cuprinsul prezentei lucrări sau din propria experienţă.

Percipientul, adică partea care recepţionează, nu trebuie hipnotizat, pentru ca persoanele neîncrezătoare să nu-şi explice astfel fenomenele ce urmează prin hiperestezie.

Pentru a explica transmiterea la distanţă a gândurilor unii savanţi au emis presupunerea că în cazul telepatiei poate avea loc emisia inconştientă a unor şoapte. De exemplu, dacă timp îndelungat ne vom gândi la un anumit număr, se poate constata o mişcare foarte slabă a buzelor. Dorinţa de a vorbi, în starea de concentrare maximă, va trebui să devină în final atât de puternică, încât agentul poate şopti, contrar voinţei sale, deşi ţine gura strâns închisă. Aceasta este o şoaptă interioară, tot aşa cum, la

gândul unei fraze muzicale, fără voie, o reproducem în gând. Această şoaptă se va transforma foarte slab centrelor vorbirii, astfel încât doar auzul percipientului, aflat în hiperestezie datorită hipnozei, o poate înregistra. Aceşti savanţi nu pot totuşi găsi o explicaţie cât de cât fundamentală a telepatiei în condiţiile în care agentul şi percipientul sunt separaţi printr-o draperie, se află în încăperi diferite sau la distanţă mare unul de celălalt.

Teoria şoaptei poate fi aplicată doar dacă agentul are o voinţă slabă; dar cel ce se instruieşte conform prezentei metodici are o stăpânire de sine ce nu admite o asemenea explicaţie a experienţelor sale de telepatie.

De asemenea, explicaţia prin intermediul şoaptelor nu rezistă în cazul transmiterii prin telepatie a unor desene şi figuri.

Cercetătorii declară cu convingere că în nici un caz transmiterea gândurilor nu poate avea altă explicaţie, decât nebunia sau înşelăciunea voluntară. Acesta este, din păcate, punctul de vedere al savanţilor, în majoritate, în ceea ce priveşte ocultismul în general. Ceea ce ei nu pot concepe, ce nu se potriveşte sistemului lor de noţiuni, pur şi simplu nu are dreptul să existe; dacă faptele încep să nu le dea pace, nu mai pot fi ignorate, ei le înghesuie, total nepotrivit, unde se nimereşte. Se vehiculează cele mai imposibile teorii pentru a le explica, pentru că nu poate fi acceptată realitatea evidentă, care însă nu se proclamă de la înălţimea nici unei catedre. Cu cât un adevăr este mai simplu, cu atât mai greu este acceptat de clica savanţilor. Pentru ei reprezintă adevărat şi necontestat doar ce le-a fost administrat de somităţi drept adevăr.

Nu exagerăm, căci dacă lucrurile nu ar sta astfel, nu s-ar răspândi atât de mult concepţia materialistă, falsă şi care înăspreşte sufletele.

În ţara tuturor minunilor, India, telepatia este folosită deseori. Un caz similar a avut loc în timpul războiului dintre Anglia şi Afganistan. Hinduşii au aflat de rezultatul unei bătălii cu o zi înainte de a se fi primit comunicarea oficială. Guvernul englez a ordonat efectuarea unei cercetări a evenimentului respectiv şi s-a constatat că un hindus transmitea pe cale telepatică datele de pe câmpul de luptă.

Telepatia poate avea următoarele forme:

1) transmiterea de către agentul treaz a unor imagini mentale unui percipient treaz;

2) transmiterea de către agentul treaz a unor imagini mentale unui percipient în stare de somn, sub forma unor vise;

3) transmiterea de către agentul treaz a unei imagini mentale unui percipient adormit, sub forma unui spectru (fantomă) vizibil;

4) transmiterea de către agentul aflat în stare de somn a unor imagini unui percipient treaz (în stare de veghe), sub forma unei fantome vizibile sau a unui gând;

5) transmiterea unei reprezentări oarecare de către un agent ce şi-a părăsit trupul, adică mort, unui percipient viu, treaz sau adormit, sub forma unei fantome sau gând (înştiinţare, vis, inspiraţie).

Primul tip de telepatie va fi studiat în exerciţiile ce urmează, din al doilea tip vor fi prezentate în capitolul despre „provocarea intenţionată a somnului", pe când tipurile trei, patru şi cinci vor fi prezentate ulterior.

În vederea însuşirii capacităţii de transmitere a gândurilor sunt necesare, în primul rând, o mare încredere în sine şi, mai ales, o voinţă puternică, bine antrenată. Încrederea în succesul acţiunii va înlesni desfăşurarea cu succes a experimentelor. Ucenicul care şi-a educat răbdarea prin precedentele exerciţii trebuie să fie şi aici la fel de perseverent, până la obţinerea rezultatului dorit. Este din

nou necesar să amintim necesitatea de a efectua exercițiile în izolare, în compania unei persoane care, desigur, a parcurs în întregime prezentul manual până aici. Dacă vom fi silitori și punctuali în efectuarea antrenamentelor, rezultatele nu vor întârzia prea mult.

Trebuie să alungăm orice urmă de îndoială și să nu ne molipsim de scepticism. În acest sens este foarte bine să ne abținem de la a povesti unor terți despre exercițiile noastre. Numai în cazul dobândirii constante a succesului și a unei absolute încrederi este admis, uenori, să efectuăm în comun exercițiile, principalul mobil fiind dorința de a-i convinge pe cei ce se îndoiesc. Trebuie să reținem că cei doi participanți la experiment trebuie să fie legați printr-o simpatie reciprocă, între ei fiind o prietenie armonioasă. Dacă sunt frați sau rude de sânge, succesul se va constata mai rapid. În cazul soților legați printr-o iubire puternică, datorită amestecului odului, este posibil, de asemenea, succesul rapid al experiențelor. Cu cât proprietățile odice ale participanților sunt mai apropiate, cu atât rezultatul este mai sigur și mai rapid. Desigur, cu cel puțin 2 ore înainte de desfășurarea experimentului, amândoi trebuie să fie într-o stare de pură armonie sufletească.

De asemenea, ambele părți trebuie să fie perfect sănătoase, deoarece orice indispoziție fizică acționează ca o frână, iar dacă agentul este cel indisponibil, aceasta poate provoca un insucces.

Desigur, este posibil un insucces întâmplător, dar nu trebuie să i se acorde prea multă atenție și nici nu trebuie să fim speriați. Speranța de a realiza ulterior comuniunea sufletească cu rudele și prietenii, la orice distanța ne-am afla unii de alții, reprezintă răsplata pentru eforturile de autoperfecționare pe care le-am depus. Ucenicul trebuie să creadă că, imediat ce a căpătat proprietatea de transmitere a gândurilor, va putea, prin intermediul acesteia, să facă

bine celor ce-i sunt apropiați. Cu cât oamenii se ocupă mai conștiincios de telepatie, cu atât mai mult cel ce aspiră din punct de vedere etic către treptele cele mai de sus își va subordona aceste gânduri, pe când cei nearmonioși nu vor putea realiza aceasta nicicând.

Pe când percipientul pe care l-am ales pentru experiențele noastre telepatice se antrenează încă în concentrarea gândurilor și stare pasivă, problema noastră este călirea voinței, într-o concentrare prelungită.

Dacă mergem pe stradă în spatele unei persoane, avem o minunată ocazie pentru aceasta.

Privim îndelung și intens în ceafa persoanei respective și avem o dorință puternică ca aceasta să se întoarcă și să privească înapoi spre noi. Înfățișarea persoanei sau tot ce ne înconjoară nu trebuie să ne abată în nici un caz de la aceasta idee, pe care trebuie să ne-o menținem cu tărie, astfel încât ea să pătrundă în creierul celui aflat în fața noastră.

Va trebui să ne imaginăm că ideile noastre pătrund, ca ceva material, în ceafa persoanei ce pășește în fața noastră și se fixează bine acolo.

Desigur, la început experiențele nu vor fi încununate de succes. Dar nu trebuie să vorbim despre aceasta. Chiar dacă nu se înregistrează nci un fel de progrese vizibile, totuși ne-am atins scopul – de a ne antrena voința în acest sens. Trebuie să fim convinși că persoana, chiar dacă nu întoarce capul la comanda noastră mentală, va resimți totuși influența noastră, chiar dacă nu se va manifesta în nici un fel. În aceasta constă scopul antrenamentelor de transmitere a gândurilor. Exercițiile trebuie efectuate zilnic, cel puțin odată, oriunde este posibil – la teatru, pe stradă, într-un hotel etc.

Dacă s-a realizat un oarecare succes în transmiterea dorințelor proprii, se trece la următorul exercițiu, mult mai

dificil. Dacă întâlnim pe cineva pe stradă, îl vom obliga (exclusiv printr-o concentrare a voinței) să o ia la dreapta sau la stânga, acolo unde vom dori noi. Privind drept în ochii persoanei respective, îi vom transmite în gând, cât mai repede, comanda noastră: „Trebuie să cotești într-acolo, așa vreau eu!".

Poate că nici în cadrul acestui exercițiu nu se va înregistra vreun rezultat vizibil, el fiind mai dificil, datorită lipsei posibilității de a acționa timp îndelungat asupra persoanei vizate. Deci vom fi nevoiți să transmitem cu ajutorul privirii voința noastră persoanei respective. Aici ne va fi de folos privirea magnetică.

În cazul acestei experiențe, persoana vizată va resimți efectul puternicei voințe ce o influențează și va intra în panică. Persoana își va manifesta vizibil neliniștea din interior, la care l-am împins datorită concentrării voinței. Persoana va fi nehotărâtă când va trebui să o ia într-o parte sau alta.

Dacă experiențele vor fi efectuate în aer liber, va fi necesar, pentru început, să alegem străzi mai puțin animate, pentru ca prudența în cazul traficului prea intens să nu-i distragă atenția ucenicului de la scopul exercițiului.

După un timp oarecare, alături de exercițiul de mai sus, putem efectua și pe cel următor.

Este rugată o persoană care ne este prietenă (sau o rudă apropiată), dar o persoană simpatică, care locuiește foarte aproape de noi, dacă se poate în aceeași casă sau curte, sau la maximum câteva străzi distanță, ca la momentul stabilit, în momentul precis (de preferat seara sau dimineața devreme) să renunțe, timp de circa 20-30 minute, la orice activitate, să se așeze cât mai comod și să alunge cât se poate de energic orice fel de gânduri.

În același timp, ne vom așeza și noi cât mai comod în camera noastră, în liniște, și vom evoca în mintea noastră

chipul persoanei respective, străduindu-ne ferm să menținem această imagine pe întregul interval al exercițiului.

Apoi, cu cea mai mare concentrare de care suntem capabili, ne vom gândi că persoana respectivă trebuie să execute o anumită acțiune.

Și aici succesul se obține arareori, dar vom putea afla ulterior de la respectiva persoană în ce măsură am reușit să o influențăm. Dacă am reușit să acumulăm suficientă forță, vom alege o persoană cu un grad de rudenie mai îndepărtat, aflată la o distanță mai mare. Este de la sine înțeles că trebuie să ne lege o simpatie reciprocă. Experiențele se vor efectua de 2-3 ori pe săptămână, timp îndelungat.

În timpul experiențelor cu persoane ce nu sunt de față, cel mai bine este să ne imaginăm că ne leagă un fir sau un tub, prin care transmitem percipientului gândurile noastre.

După ce ne imaginăm foarte clar chipul persoanei căreia îi sunt destinate gândurile noastre, trebuie să ne imaginăm că aceasta este așezată în camera sa, relaxată, pasivă, apoi să ne adresăm acestei persoane, vorbindu-i întâi cu glas încet, apoi doar în gând. În același timp nu trebuie să uităm de imaginea firului de legătură.

Aceste exerciții de influențare la distanță trebuie executate la început în starea de liniște și relaxare cunoscută și în completă singurătate.

Este posibilă cunoașterea în permanență a rezultatelor.

În acest timp, prietenul sau ruda noastră, care s-a antrenat în permanență în realizarea stării pasive de concentrare, trebuie să fie capabilă pentru efectuarea experiențelor în comun. Chiar dacă nu se vor obține nici un fel de rezultate pozitive, folosul acestor exerciții va fi mare, datorită dezvoltării voinței pe care o favorizează.

Persoana receptoare se așază cu spatele. Atunci ne vom așeza imediat în spatele său și luăm în mână un mic obiect oarecare, astfel încât percipientul, care trebuie să stea și cu

ochii închişi, nu va avea în nici un fel posibilitatea de a vedea obiectul respectiv. Apoi vom privi cu foarte multă atenţie obiectul şi îl proiectăm cu gândul în ceafa percipientului, imaginându-ne că creierul persoanei este descoperit şi putem aşeza obiectul în interior. Cu cât suntem mai capabili să ne concentrăm astfel, cu atât mai clar va apare vederii interioare a celuilalt imaginea obiectului.

La început imaginea va apare doar după o serie de repetări şi, mai întâi, doar ca o imagine ceţoasă, neclară. Încet, încet, cu fiecare exerciţiu, imaginea va deveni tot mai clară, astfel încât percipientul va identifica cu precizie imaginea mentală, descriind exact obiectul.

Mai întâi se efectuează antrenamentele cu unul şi acelaşi obiect, până când acesta va fi identificat cu uşurinţă. Desigur, nu va trebui să divulgăm obiectul, ascunzându-l cu grijă. Dacă obiectul a fost identificat măcar odată, experienţele se continuă cu un alt obiect şi aşa mai departe.

Dacă ne-am antrenat suficient, fiecare în rolul său de emiţător sau receptor, vom inversa rolurile. Exerciţiul acesta va fi mai dificil, deoarece actualul agent este antrenat să recepţioneze şi invers. Dar cel care a emis gândurile va recepţiona cu mai multă uşurinţă, deoarece a reuşit să-şi perfecţioneze mai mult starea de pasivitate.

Dacă după schimbări repetate ale rolurilor (inversări), se reuşeşte eliminarea oricărei erori şi ambii participanţi au devenit la fel de buni emiţători ca şi receptori de gânduri, se trece la transmiterea de noţiuni abstracte cu ajutorul următoarelor exerciţii.

Agentul desenează pe o tablă aflată în spatele percipientului figuri simple. Percipientul, care ţine acum ochii deschişi, desenează, la rândul său pe o tablă figurile pe care le-a recepţionat. Exerciţiile vor continua până când figurile desenate de percipient vor fi identice cu cele desenate de agentul emiţător. Dacă rezultatele pozitive

devin frecvente, se inversează rolurile celor doi. Antrenamentele continuă până când ambii participanţi vor obţine un succes deplin.

Apoi se transmit mental reprezentările cărţilor de joc. Mai întâi se transmit figuri: rege, damă, valet, apoi asul, iar dacă aceasta reuşeşte, se poate trece la diferite culori, transmiţând, de asemenea, diferite valori, de exemplu nouă de treflă, şapte de caro etc.

Ulterior exerciţiile se efectuează cu pietre de domino, percipientul trebuind să vadă cu ochii minţii punctele înscrise pe faţa pieselor de domino.

Apoi se trece la transmiterea nemijlocită a numerelor.

De pe un calendar se decupează cifrele de la 1 la 10, se lipesc fiecare pe câte un carton şi apoi se alege o cifră şi, la fel ca în cazul obiectelor, agentul priveşte cu atenţie cifra aleasă, încercând apoi proiectarea ei în mintea percipientului prin ceafă. În nici un caz nu se va trece la alegerea altei cifre până când precedenta nu va fi identificată cu claritate de percipient. După înregistrarea unui oarecare succes, se va trece, ca la exerciţiile precedente, la inversarea rolurilor între cei doi. De îndată ce ambele părţi au obţinut rezultate bune în ambele roluri, se complică exerciţiul renunţând la cartoane şi încercând transmiterea mentală a numerelor. La început aceasta pare complicat. Exerciţiul reuşeşte totdeauna, cu răbdare şi perseverenţă.

Pentru menţinerea şi întărirea deprinderilor căpătate este bine, ca printre exerciţiile acestea, să se repete din nou exerciţiile simple iniţiale.

Deci, dacă am reuşit transmiterea cu uşurinţă a cifrelor, vom modifica exerciţiul astfel: ne vom gândi mai întâi la o culoare foare vie, apoi la un anumit miros şi gust, căutând să transmitem toate acestea percipientului.

După acest exerciţiu, se înţelege, vom trece la transmiterea de cuvinte, pentru a transmite în încheiere idei.

Transmiterea ideilor începe cu structuri simple de câte 2-3 cuvinte, care se înscriu pe o tablă, pentru a le avea permanent înaintea ochilor. Apoi se trece la structuri mai complicate.

Dacă ambii participanţi au devenit suficient de experimentaţi, transmiţând cu uşurinţă toate gândurile unul altuia (se interzice transmiterea unor gânduri foarte complexe), vor urma antrenamentele în transmiterea gândurilor exclusiv prin intermediul privirii.

După obţinerea de rezultate favorabile, între cele două persoane se aşează un paravan. Apoi se repetă toate exerciţiile, începând cu transmiterea imaginilor obiectelor, în ordinea de mai sus.

Agentul trebuie să-şi imagineze doar percipientul invizibil pentru el şi să se gândească la faptul că între ei există o legătură odică.

Dacă rezultatele acestor experienţe sunt satisfăcătoare, se poate mări distanţa dintre cele două părţi, mai întâi în camere diferite, apoi cât mai departe posibil.

Agentul poate transmite percipientului, mai ales, comenzi pe care acesta din urmă trebuie să le îndeplinească. Se stabileşte, de asemenea, un sistem de control, care atestă că transmisia a avut într-adevăr loc. Desigur, legătura telepatică dintre cei doi trebuie întărită la extrem, cât mai mult posibil. Trebuie să se ajungă la posibilitatea transmiterii la mare distanţă a unei scrisori întregi.

Toate exerciţiile prezentate în acest capitol nu trebuie să depăşească durata de o oră. Excesele sunt interzise. Mai ales agentul nu trebuie să prelungească intervalul său de concentrare cu mai mult de 10 minute; este mai bine să se facă o scurtă pauză şi, dacă obiectul sau dorinţa nu au fost aflate de percipient în intervalul de 10 minute, experienţa se repetă. Dacă timpul şi situaţia permit, aceste exerciţii se pot relua zilnic sau cel puţin de 3 ori pe săptămână.

Aplicaţiile practice ale acestor capacităţi astrale sunt cu adevărat nelimitate.

Pentru cei perseverenţi şi silitori, care au atins o anumită măiestrie în domeniul telepatiei nu mai există nici un fel de distanţe, pereţii sau chiar munţii nu-i mai separă pe unii de ceilalţi şi nici chiar oceanul nu mai poate fi stavilă. Dacă cei doi merg pe acelaşi drum, dacă îi leagă un sentiment de dragoste adevărată şi tind în egală măsură către lumină, din capitolul următor ei vor învăţa în ce fel, dacă vor fi nevoiţi să se despartă, să aibă nu numai legături telepatice, dar să şi capete proprietatea de a se vedea unul pe celălalt de câte ori vor dori, de îndată ce vor căpăta proprietatea de a-şi exterioriza corpul astral.

9. Monodeismul şi provocarea voită a somnului. Visele premonitorii pregătite anterior

Prin „monodeism" trebuie să înţelegem dezvoltarea totală a unei idei, dominaţia absolută a unei singure idei. Această stare poate fi de durată şi poate domina pe tot parcursul vieţii sau doar un interval scurt de timp, până la atingerea scopului „monodeistic" propus.

Toate personalităţile istorice au fost într-o anumită măsură monodeiste. Ele şi-au propus un scop, care a devenit misiunea vieţii lor. Toate gândurile, dorinţele lor, toate faptele lor au fost orientate exclusiv către realizarea scopului propus, ei reuşind să realizeze ceea ce părea imposibil. Datorită concentrării permanente asupra acestui scop şi, implicit, reprimării tuturor celorlalte interese care i-ar fi abătut de la acest scop, toate capacităţile indivizilor respectivi s-au dezvoltat astfel, încât, oricât ar fi părut de îndepărtat, scopul a putut fi atins, ceea ce ar fi fost irealizabil pentru majoritatea oamenilor.

Dar nu numai indivizi, ci şi unele popoare se supun monodeismului.

Ce altceva reprezintă moda, diversele reprezentări ale întregii populaţii despre moralitate, obiceiuri, drepturi şi absenţa acestora, caracteristica generală a poporului şi diversele manifestări ale vieţii sociale, care influenţează uneori o ţară întreagă, dacă nu manifestări ale monodeismului care cuprinde masele populare prin pătrunderea unei idei generale în rândul tuturor păturilor sociale?

Monodeismul este autosugestia atotputernică.

La fel cum cel hipnotizat este obligat să execute tot ce-i comandă cel ce l-a hipnotizat, fiinţa noastră astrală este nevoită să se străduiască să îndeplinească pe orice cale misiunea pe care i-o impunem, dacă noi nu ne despărţim nici în vis de monodeismul nostru.

Această problemă este ca o greutate pe umerii fiinţei astrale, deoarece aceasta este nevoită, odată cu adormirea conştiinţei diurne, să se pătrundă de această idee atotstăpânitoare; de aceea fiinţa astrală este nevoită să-şi încordeze toate puterile, pentru a scăpa de această povară, îndeplinind dorinţa dominantă a fiinţei noastre.

Cu cât în stare de veghe suntem capabili să ne concentrăm mai mult gândurile asupra muncii noastre, cu atât ne vom putea concentra toate eforturile în vederea îndeplinirii în cele mai bune condiţii a scopului propus.

Cu cât vom reuşi să ne concentrăm asupra unei idei înainte de a adormi, cu atât vom reuşi mai bine să o luăm cu noi în starea de somn şi realizarea succesului va deveni mai sigură, deoarece conştiinţa astrală, după ce vom adormi, intră într-o stare de concentrare, de stres, care face toate eforturile să o depăşească. De aceea, fie că muşchii acţionaţi de nervii motori permit realizarea într-o stare mai relaxată a activităţii dorite, fie că vom avea un vis în care ni se va arăta soluţia problemei ce ne frământă.

Adesea, la trezire, găsim cu uşurinţă rezolvarea problemelor asupra cărora ne-am chinuit în zadar în ajun.

Monodeismul transferat în somn şi vis produce o încordare însemnată a forţelor noastre psihice normale, eliberând proprietăţile magice latente în noi. Pentru un ucenic aceasta are un efect ajutător, similar forţei unei dorinţe puternice, de aceea trebuie folosită această proprietate cât mai des, deoarece starea monodeistică va conduce la clarviziune şi telepatie, dându-ne puteri ce nu le aveam în starea de veghe.

Monodeismul ne poate face, de asemenea, independenţi în faţa timpului şi spaţiului, fără a recurge la hipnoza pe care am respins-o, deoarece ne lipseşte de voinţa proprie şi ne dă pe mâna altei persoane.

Care este folosul practic pe care îl poate avea un om aflat în stare de somn monodeistic? Cât de utilă este această stare pentru artişti, savanţi, comercianţi şi, în general, pentru toată lumea, dacă va fi folosită corect!

Această stare nu trebuie folosită pentru scopuri rele sau egoiste, deoarece va înceta influenţa sa asupra noastră.

Toate proprietăţile magice descrise în prezenta lucrare vor putea fi folosite, desigur, la rău, dar numai când aceasta va fi favorizată de întâmplare. Cel ce va dori să-şi folosească proprietăţile extraordinare pentru a face rău este desigur, pe o treaptă atât de joasă a scării valorilor umane, încât nu va putea înţelege, din fericire, cele prezentate în capitolele de faţă.

Efectul majorităţii capacităţilor magice trebuie să se propage până la anumite limite; acest hotar nu trebuie, în nici un caz, încălcat, dacă cel ce experimentează nu doreşte să-şi facă singur rău.

Monodeismul ne poate fi util şi în serviciu.

Cei ce au o activitatea intelectuală mai ales, pot folosi cu succes monodeismul; în fiecare dimineaţă se pot bucura

de inspirație sau pot constata că știu rezolvarea problemelor ce-i frământă.

Autoarea lucrării de față a obținut chiar ea, datorită acestei stări, explicații pe care nu le-ar fi putut obține pe vreo altă cale.

Și cât de ușor se reține totul în memorie în timpul somnului monodeistic! Toți își amintesc cât de util este, înainte de culcare, să recitești lecția pentru a doua zi și să-ți pui apoi caietul sub pernă. Am procedat astfel din instinct și, în majoritatea cazurilor, cu folos.

Îndeosebi când ne concentrăm asupra muncii noastre, este folositor să o transferăm în starea de vis, fiind ultimul gând înainte de a adormi. Nu bănuiam, dar în clipa în care ne cufundăm în somn cu ochii închiși, ființa noastră astrală își începe activitatea și fixează pe creierul nostru, spre exemplu, lecția ce nu fost încă bine fixată. Rezultatul este că dimineața ne trezim cu lecția învățată, deși nu am citit-o decât o singură dată, seara la culcare.

Așezarea caietului sub pernă nu este de loc ceva fără importanță, deoarece caietul, îmbibat de odul nostru, se află toată noaptea în contact nemijlocit cu noi, ceea ce este foarte util pentru activitatea corpului nostru astral.

Adesea în somn au putut fi rezolvate probleme ce *nu au putut fi soluționate în stare de veghe*. Desigur, este necesar ca această soluționare să fie precedată de o intensă activitate de gândire, în stare de veghe, la obiectul respectiv, indiferent de caracterul – teoretic sau practic – al acestuia. Spiritul, nesatisfăcut de faptul că nu a aflat soluția în stare de veghe, continuă activitatea sa și în stare de somn, soluția apărând la fel ca momentul de inspirație în stare de veghe.

În lucrarea sa *De tabaco* (CVI, 86), medicul Magnenus spune: „odată, în vis, am primit indicații privind un leac deosebit de eficace, după ce, înainte a a adormi, m-am

gândit foarte intens la unul din pacienții mei. De cum am folosit medicamentul, s-a constatat o ameliorare".

Deci, acolo unde corpul astral nu ne poate influența sub forma viselor, sarcina monodeistică va fi îndeplinită prin intermediul stării de somn. Artiștii și savanții, care adorm în timpul unei activități intelectuale complexe, o găsesc dimineața pe deplin finalizată, deși în ajun au lăsat-o baltă într-un punct foarte dificil.

Datorită stării de surescitare, ei au acționat într-o stare apropiată de a lunaticilor, rezolvând problema. Exemplele de acest fel sunt nenumărate.

Secretarul de stat Hoppe și-a încheiat în somn o lucrare de examen, spre marea sa satisfacție (Schindler, *Viața spiritualămagică*, pag. 25).

În culegerea *Revista cercetărilor psihice* (V, t. III, 88), profesorul Wener menționează următoarele: „Când era elev, a trebuit să transforme o idee în două versuri grecești. Nu a reușit aceasta și a adormit. În vis el a văzut cum și-a finalizat perfect lucrarea. La trezire nu-și mai amintea nimic, dar, spre marea sa uimire, a găsit pe masă lucrarea terminată, scrisă de propia sa mână".

Același lucru s-a petrecut cu profesorul Reich, care, după eforturi zadarnice de a întocmi raportul de seară, l-a răzbit somnul și s-a dus la culcare. Dimineața și-a găsit raportul gata pe masă, scrisul fiind al său propriu.

Foarte interesant este cazul prezentat în continuare, când monodeismul transferat în stare de somn a dus la clarviziune și vedere la distanță (televiziune).

Un prim exemplu de acest fel este preluat din *Revista de analiză a comunicărilor spirituale* a lui Moritz (IV, 75-78).

„Unui casier i s-a furat o sumă mare de bani publici; hoțul – un om de serviciu – a dispărut împreună cu banii; casierul neavând posibilitatea să compenseze faptul, s-a

adresat cu rugăminţi tuturor prietenilor şi cunoştinţelor, chiar celor mai puţin apropiate, dar totul era zadarnic; mâhnirea sa era tot mai mare, mai ales că peste câteva zile trebuia întocmită balanţa de plăţi. Noaptea i s-a năzărit că cineva vorbea parcă cu el:

El s-ar putea duce pe strada cutare, într-o anumită clădire; clădirea şi strada i-au fost indicate atât de exact cu ajutorul caselor şi locurilor din preajmă, încât nu se putea înşela. În clădirea respectivă el va tebui să urce două scări, dar să aibă grijă să nu cadă pe cea de-a doua, şi va primi banii necesari. Apoi, a doua zi, la el a venit un prieten, căruia casierul i-a povestit întâmplarea şi de la care a aflat cine locuia în casa şi la etajul respectiv, căci casierul nu ştia. Omul respectiv îi era necunoscut; el şi-a aminti doar că l-a zărit odată, într-o societate numeroasă. Casierul nu acorda atenţie viselor şi, pentru prima oară s-a hotărât, în ziua următoare, să dea curs presimţirii sale, pentru a avea conştiinţa că a făcut tot ce-i stă în putere pentru a preîntâmpina nenorocirea ce urma să se abată asupra sa. Deci s-a dus acolo, a urcat prima scară şi, amintindu-şi de pericolele din vis referitoare la cea de-a doua scară, a păşit cu multă grijă pe treptele acesteia. Era aproape sus, când, deodată, s-a deschis brusc o uşă în dreapta şi, din smucitură, rama uşii a zburat în jos pe scara pe care urca casierul.

Teribil de încurcat şi sfios, casierul s-a adresat persoanei pe care o căuta, dar s-a liniştit îndată, căci cel în cauză era foarte binevoitor; spre uimirea casierului, la solicitarea sa sfioasă acesta a răspuns:

„De ce nu aţi venit mai din timp? Ieri am împrumutat cuiva o sumă mai mare decât cea pe care o solicitaţi, v-aş fi dat-o cu plăcere dumneavoastră". El a îndeplinit rugămintea casierului şi l-a salvat de la dezastru.

Despre cazul ce urmează povesteşte doctorul Carl du Presle în lucrarea sa *Magia ca ştiinţă a naturii*, II, pag. 263:

„În cazul lui Tritemiu se poate identifica, de asemenea, resortul monodeistic; faptele le voi relata mai jos.

Despre cum şi-a întocmit *Stenografia*, acesta îi scria prietenului său Arnold Bost:

„Am preluat-o, desigur, dar nu de la cineva anume, ci datorită unei mărturisiri, dar nici eu nu ştiu cum. În acest an (1499) m-am ocupat foarte mult de toate acestea şi eram disperat ca de ceva imposibil; noaptea, când am adormit ostenit de gânduri, mi-a apărut în vis ceva, care mi-a zis: «Triteniu, ceea ce ai tu în cap nu sunt lucruri inutile şi, deşi nu sunt imposibil de realizat, nici tu şi nici altul din preajma ta nu le puteaţi inventa».

Şi eu i-am spus: dacă sunt posibile, spune-mi, te implor, cum? Şi atunci el şi-a deschis gura şi m-a învăţat, pe rând, tot cu de-amănuntul şi mi-a arătat, cât de uşor se poate face ceea ce eu am gândit zadarnic eu multe zile de-a rândul. Mă jur pe Dumnezeu: adevăr grăiesc şi nu minciună!"

În anii adolescenţei sale Tritemiu mai văzuse un astfel de vis. Tatăl său vitreg l-a crescut pe Tritemiu în ignoranţă, deşi acesta din urmă simţea în sine setea de nestins a cunoaşterii. Timp de un an întreg el şi-a încredinţat, în post şi rugăciune, gândurile şi dorinţele sale lui Dumnezeu şi, în fine, în al cincisprezecelea an al vieţii sale a fost răsplătit cu un vis, pe care el îl numeşte vedere cerească.

Noaptea el a văzut în vis un tânăr în haine strălucitoare, cu două table în mâini – una era plină de litere, cealaltă de desene. Tânărul i-a spus: „alegeţi-ţi din cele două tabla care-ţi place".

Şi deşi pe atunci Tritemiu nu ştia care, el a ales totuşi tabla cu scriere, căci această ştiinţă era singura dorinţă a inimii sale, unicul gând care-i ocupa sufletul zi şi noapte. Apoi tânărul i-a spus: „Iată, Dumnezeu ţi-a auzit ruga şi ţi-a dat ce ţi-ai dorit, chiar mai mult decât ţi-ai fi putut dori" (*Cuiul de argint: Itritemiu*).

Operele dramatice şi simbolismul sunt pătrunse în prezent de puternice accente de viziune la distanţă (televiziune).

Foarte multe exemple de acest fel le aflăm din literatură. Cine a fost atent la exemplele pe care le-am grupat aici (Du Presle: vederea la distanţă şi telepatia) va recunoaşte de fiecare dată introducerea: cineva, copleşit de o mare tristeţe sau agitat de altceva, şi-a transferat în stare de somn grijile şi autosugestia şi a avut o clarviziune, care a pus capăt tristeţii sale. Norke povesteşte: „soţia unui negustor a pierdut la Paris, în drum spre casă, nişte hârtii de mare importanţă şi refăcând zadarnic drumul înapoi fără nici un rezultat, a considerat pierderea ireparabilă. Trei zile mai târziu ea a visat că se afla pe strada St. Honoré şi că un om îmbrăcat în roşu îi ridică hârtiile căzute pe jos. Dimineaţa ea şi-a povestit visul şi, cum a ieşit din casă, a întâlnit pe stradă un om în haine roşii pe care l-a recunoscut a fi cel din vis. Ea a intrat în vorbă cu necunoscutul şi în aceeaşi zi el i-a adus hârtiile pe care le avea acasă". (Norke: *Despre fatalism*, 96).

Un monodeism deosebit de puternic se află la baza aşa-numitelor apariţii ale morţilor (în momentul morţii lor). Monodeismul poate acţiona, de asemenea, posthipnotic. Există suficiente exemple de transferare a monodeismului dincolo de mormânt, în viaţa de apoi. Îndeplinirea dorinţei a avut loc imediat după moarte.

Somnul monodeistic poate fi utilizat în scopuri terapeutice. Dorinţa puternică de vindecare, care se exprimă cu tărie în fiecare seară, va fi de fapt cauza vindecării, numai că bolnavul trebuie să stăpânească la perfecţie capacitatea de concentrare a ideilor, pentru a elimina în totalitate din minte imaginea bolii şi durerilor ce o însoţesc.

În monodeism este, desigur, necesar exerciţiul, antrenamentul permanent. Mai întâi se cer lucruri simple, uşor de

îndeplinit, de pildă să ne trezim dimineaţa vioi şi veseli sau să ne trezim la o anumită oră. Pentru exerciţiu se poate citi înainte de culcare, o dată sau de două ori, o mică poezie (până la 8 versuri), concentrându-ne atenţia ca, în dimineaţa următoare, să ştim pe de rost poezia.

Încet-încet se trece apoi la probleme mai complexe. Înainte de a ne culca (nu mai târziu, desigur, de ora 10 seara) vom începe o activitate (lucrare) ce ni se pare foarte dificilă. De cum am ajuns în punctul care ne produce necazuri sau este de neînţeles, întrerupem lucrul şi ne ducem la culcare, încredinţând rezolvarea problemei monodeismului.

Este de la sine înţeles că, folosind somnul monodeist, ne putem elibera de toate viciile noastre şi de toate obiceiurile rele, favorizând mersul nostru înainte. În legătură cu forţa dorinţei, această stare ne poate ajuta îndeosebi în atingerea armoniei şi a fericirii sufleteşti.

Ucenicul trebuie să fie atent numai să suprime cu mare grijă toate gândurile ce-l pot abate de la cele ce are de făcut şi nu au nici un fel de legătură cu cele cărora le-a aplicat monodesimul. Mai departe el trebuie să caute să treacă în starea de somn intenţia sa, ca ultima idee înainte de a adormi, ceea ce el va realiza, desigur, dacă nu va înceta să se gândească la aceasta, până când ochii i se vor închide de somn. Totodată, el trebuie să se pătrundă pentru întreaga perioadă de dorinţa ca lucrarea sa să poate fi realizată în cursul nopţii. Despre tehnica puţin complicată a monodeismului nu mai este nimic de spus. Ucenicul va dscoperi singur folosul pe care-l aduce această stare şi va învăţa diversele moduri de a-l folosi.

Deoarece monodeismul apare foarte des în vise, în timpul somnului, este locul să vorbim aici despre somn şi vis în general şi în special.

Există vise de trei tipuri, şi anume:

1) Visele care apar datorită unei tulburări interne a organismului. Visele din această categorie sunt deseori

foarte chinuitoare şi se produc de cele mai multe ori înainte de miezul nopţii.

2) Visele ce pot fi provocate de factori exteriori.

3) Visele premonitorii; acestea se produc de cele mai multe ori spre dimineaţă.

Visele care se produc din cauza unei tulburări a organismului reprezintă senzaţii care apar sub forma unor evenimente în vis. În acest sens sângele, nervii şi toate organele interne generează vise. Dacă chiar înainte de culcare ne-am încărcat stomacul sau la cină am mâncat alimente greu digerabile, dacă dormim într-o poziţie care împiedică respiraţia, dacă nervii noştri şi sângele sunt excitate şi ne aflăm în stare febrilă, vom fi chinuiţi de vise.

La fel, toate dereglările fizice, chiar şi cele mai slabe, când au apărut datorită activităţii de menţinere şi hrănire a organismului, care nu încetează nici în timpul somnului, produc vise. Aceasta se petrece, aşa cum s-a mai amintit, în majoritatea cazurilor la începutul somnului, la cei ce merg la culcare la oră fixă, de obicei, înainte de miezul nopţii.

Trebuie să menţionăm că orice om are vise de acest fel, chiar şi vise din tipul a treilea, doar că nu-şi aminteşte de ele, de aceea susţin că ei nu au nici un fel de vise.

După conţinutul acestor vise putem trage, de cele mai multe ori, concluzii privind natura dereglărilor din organism.

Astfel, situaţiile de pericol de moarte se explică prin boli cardiovasculare şi exces de sânge (tensiune); respiraţia îngreunată provoacă vise despre înghesuială, munci grele, urcuş pe munte şi diverse pericole de sufocare sau înec; când sângele se urcă la cap, visul este dominat de furie, iar în cazul unor probleme de digestie apar în acest vis banchete de gală şi desfătări culinare, etc.

Pentru noi acest tip de vis nu are nici un fel de importanţă, deci vom trece la visele provocate de influenţe exterioare.

Dacă în timpul somnului vântul aduce prin fereastra deschisă parfumul florilor, de cele mai multe ori vom visa vise foarte plăcute.

Visele noastre sunt influenţate, de asemenea, de zgomote ce se repetă periodic, ritmic, de exemplu ploaia ce cade monoton, care, de cele mai multe ori, determină un vis în care asistăm la un concert, în care se repetă aceeaşi melodie. Furtuna ce bate în ferestre poate determina un vis plin de peripeţii, de pildă cu nişte bandiţi care umblă să ne spargă uşa.

Zgomotele şi mai puternice pot provoca vise pline de întâmplări cumplite.

Este deci pe deplin înţeles că putem provoca anumite vise prin acţiuni exterioare. De aici ucenicul poate trage de fiecare dată un folos, când ştie cum să evite visele care apar din diverse cauze exterioare.

Un mare număr din visele noastre rele este produs de influenţa fiinţelor inferioare. Există momente în viaţă, când suntem cu predilecţie supuşi influenţei acestora. Atunci este foarte potrivit ca, prin provocarea voită a unor vise plăcute, armonice, să restabilim echilibrul nostru sufletesc.

Se poate întâmpla să fie nevoie să provocăm vise pentru aducere aminte.

Dacă noi dăm atenţie unui anumit eveniment, ale cărui amănunte sunt uitate şi pe care trebuie să ni le amintim datorită anumitor circumstanţe, sau unor anumite culori sau mirosuri, în majoritatea cazurilor este suficient ca cel care doarme să oblige anumite simţuri ale sale să perceapă aceste nuanţe sau mirosuri în timpul somnului, pentru a apare visul ce redă evenimentul respectiv.

Să luăm, de pildă, cazul unei întâmplări complet uitate, ce s-a petrecut cu o mătuşă în tinereţea ei.

Memoria ne joacă feste şi nu mai ţinem minte decât ceva foarte vag; ne amintim însă cu exactitate că mătuşa

era o admiratoare fervență a mirosului de lavandă și avea în toate dulapurile această plantă puternic mirositoare, levănțica.

Pentru noi era o mare plăcere vizita la mătușica și glumele privind levănțica uscată.

Deci, pentru a îndeplini prescripțiile privind visele provocate în vederea împrospătării memoriei, trebuie să simțim acest miros atât înainte de culcare cât și în timpul somnului, pentru a provoca visul care va clarifica evenimentul respectiv. Amintirea clară la trezire depinde de o bună concentrare a ideilor, asupra căreia ne-am antrenat înainte de a adormi.

Și în scop terapeutic, ca și în scop educativ – ca cel mai eficient mod de educare – putem folosi metoda provocării viselor.

Aceasta este o hipnoză sui-generis, în care influențarea se exercită sub forma visului. Astfel, hipnoza în somn, pe timpul viselor, se deosebește de cea reală prin faptul că nu necesită nici un fel de constrângere și nu poate provoca nici un fel de subjugare a voinței. În cazul hipnozei noastre din vis, cel ce doarme și visează devine mult mai receptiv la sfaturile bune decât cel ce este în stare de veghe, ceea ce permite exercitarea unei mai bune influențe asupra energiei sale vitale. Ucenicul trebuie nu numai să aibă grijă de propria sa dezvoltare etică, dar să o și transforme în practică, aplicând legile dragostei și sfătuind în acest sens pe rudele și prietenii săi apropiați, sau trezindu-le cel puțin dorința de a merge înainte, de a progresa. De asemenea el trebuie să tindă spre a alina suferințele și a vindeca bolile lor. În acest scop, alături de magnetismul curativ, îi poate sluji și provocarea de vise; în timpul somnului cu vise influența asupra sufletului și trupului este mai mare.

Visele rele, coșmarurile, ne agită, ne fac să ne trezim slăbiți și obosiți. Cât de mult ne costă uneori să ne revenim după un vis rău și atingerea stării de liniște anterioare. Un asemenea vis poate să ne influențeze sentimentele și faptele chiar și o zi întreagă! Dimpotrivă, după un vis armonic, plăcut, ne trezim împrospătați și înviorați, sufletul ne este calm și liniștit, în armonie, timp îndelungat simțim ecoul fericirii pe care o putem resimți, în mod normal, doar în vis.

Acum vom aplica în practică influența vieții din vis pentru a ne aduce pe noi înșine și pe cei din jurul nostru într-o stare sufletească armonioasă. Folosind această metodă în caz de boală, vom putea trezi forțele vitale și curative și le vom putea sprijini, vom putea interveni, de asemenea, în educația copiilor noștri.

Pentru ca aceasta să fie posibil, atât la provocarea acestor vise propriilor noastre persoane cât și celorlalți, trebuie să avem în vedere următoarele reguli:

– cu cel puțin două ore înainte de culcare nu trebuie să se mănânce mult. Cina trebuie să fie totdeauna moderată și nu este voie să se bea băuturi alcoolice și excitante. Prin urmare, nici alcool, nici cafea, ceai etc:

– timp de cel puțin două ore înainte de culcare se interzice orice fel de solicitare a minții. Între cină și ora de culcare trebuie să rămânem liniștiți și pașnici, să învățăm cât mai puțin și să ne gândim doar la lucruri curate și care înalță sufletul;

– înainte de culcare nu trebuie să ne ghemuim, ci să adoptăm o poziție relaxată, cu tot corpul întins cât mai comod și, în funcție de starea fiecăruia, pe spate sau pe o parte, după dorință.

Poziția culcat pe partea stângă este mai puțin recomandată datorită influenței asupra inimii, iar poziția pe burtă

trebuie interzisă fără discuţii. Trebuie să ne culcăm cu capul orientat spre nord (faţa privind către sud);

– trebuie să avem grijă ca în cameră să pătrundă în permanenţă aer proaspăt;

– când vrem să avem un vis, nu trebuie să dormim în cameră întunecoasă, ci luminată puţin cu o lumină mată, de culoare roz, bleu pal sau verde deschis;

– atât înainte de culcare cât şi pe timpul somnului cu vise trebuie să fie cea mai deplină linişte;

– camera celui ce doarme trebuie parfumată discret cu un miros plăcut, nu greu, de flori. Parfumul este interzis. Unde nu există flori naturale, trebuie să lăsăm complet deoparte gândul de a acţiona asupra organelor olfactive;

– unde este posibil, se va folosi o muzică liniştită, odihnitoare, care favorizează cufundarea într-un somn liniştit. Cele mai potrivite sunt instrumentele următoare: pianul, harpa, flautul şi chitara,conform dorinţei celui ce trebuie să doarmă. Este bună şi o cutie muzicală, cu melodii melancolice;

– cel ce doreşte să vadă anume vise, imediat ce s-a culcat în pat, trebuie să nu mai scoată nici o vorbă. Dacă nu vrea să apeleze la o persoană de încredere, va trebui să execute timp de 10-15 minute exerciţiul de concentrare a gândurilor asupra direcţiei pe care doreşte să o ia visele. Apoi îşi pune în funcţiune cutia muzicală, miroase o floare parfumată, ia o poziţie comodă şi se cufundă în gânduri armonice şi înălţătoare, orientate, de asemenea, către visele dorite, până când adoarme. De asemenea, concentrarea gândurilor va avea ca scop amintirea după trezire a tuturor amănuntelor visului. Dacă participă şi o persoană de încredere, după ce subiectul adoarme, aceasta se apleacă la urechea sa şi, fără a-l atinge, îi şopteşte rar şi convingător, ce anume să viseze în timpul somnului său.

Între momentul în care subiectul a adormit şi cel în care i se spune la ureche subiectul visului trebuie să treacă o oră, pentru ca somnul să fie suficient de adânc, fapt de însemnătate pentru rezultatul experienţei. Nu trebuie să-l strigăm pe nume pe cel adormit, deoarece se poate trezi sau devine agitat, deci contravine condiţiilor de obţinere a succesului experimentului.

– dacă este vorba de a se debarasa de un viciu sau obicei rău, persoana de încredere trebuie să atragă cu insistenţă atenţia celui adormit asupra urmărilor nefaste ale faptelor sale şi să-l povăţuiască de bine. Dacă subiectul începe să se agite, îl vom ţine de mâini până când se va linişti şi va adormi din nou profund;

– cel ce va acţiona ca persoană de încredere pentru un subiect, va trebui să procedeze ca mai sus.

În ceea ce-i priveşte pe copii, nu se vor face pregătirile de mai sus. După ce somnul copilului, liniştit şi profund, a durat cel puţin o jumătate de oră, se face operaţia de sugestionare, ca mai sus. Dacă între copil şi cel ce-l sugestionează este o relaţie de simpatie, un grad apropiat de rudenie sau o dragoste puternică, este util ca persoana adultă să se culce uşurel alături de copil şi să-l îmbrăţişeze strâns, pentru a se amesteca odurile, dar cu grijă, ca acesta să nu se trezească. Apoi trebuie să se apuce cel puţin una din mâinile copilului, iar cealaltă mână a adultului se aşază pe creştetul copilului, spunând în şoaptă cele cuvenite, la urechea copilului, cu grijă pentru a fi la nivelul de înţelegere a acestuia.

Această metodă de educaţie este mai eficientă decât oricare alta şi poate fi numită „educaţie astrală".

Desigur, nu trebuie ignorate metodele pedagogice cunoscute, dar trebuie folosite permanent în îmbinare cu cele ale „educaţiei astrale". După un timp se va vedea că nu mai sunt necesare pedepsele.

Numai pe această cale se poate obține un rezultat apropiat de idealul adevăratei educații, astfel încât copilul să vrea și să facă bine nu datorită recompenselor, ci din iubire, să nu facă rău nu din teamă, ci din ură față de rău.

Mamele îndeosebi își pot educa astfel copiii, scutindu-i de multe lacrimi și suferințe.

Arta de a produce anumite vise ne conduce la cea de-a treia categorie de vise, cele premonitorii. Desigur, acestea pot fi provocate artificial. De aceasta ne-au convins preoții din vechime, care cunoșteau perfect această artă. În temple se realiza provocarea somnului magic, care genera posibilitatea de a scruta viitorul și de a prezice lucruri ce nu puteau exista în conștiința obișnuită a oamenilor.

Pentru a provoca aceste vise se vor folosi aceleași metode ca și în cazul celorlalte, doar că este necesară o forță deosebită a concentrării și folosirea monodeismului. Dorința noastră se poate îndeplini în două moduri – fie sub forma unui vis cu conținutul dorit, fie sub forma unei soluții a problemelor ce ia forma dorită.

Tălmăcirea viselor premonitorii este, de cele mai multe ori, foarte dificilă. Aici nu pot fi respectate nici un fel de reguli; tălmăcirile sunt extrem de individuale, de aceea a vedea în vis un șarpe înseamnă pentru unul prieten mincinos, pe când altuia îi indică înțelepciune.

De aceea cărțile de tălmăcire a viselor nu prea sunt utile; cel mai bine este să ne ghidăm după experiența proprie. Se notează toate visele clare, îndeosebi cele de dimineață, comparându-le cu evenimentele ce au loc. Aceasta va conduce cu timpul la întocmirea unei cărți de tălmăcire proprii, visele căpătând sensul pe care trebuie să îl aibă. Admițând doar visele de proveniență materială, organică, ne privăm de un minunat mijloc de a pătrunde în lumea de dincolo.

10. Clarviziunea și claraudibilitatea

Prin clarviziune înțelegem, de obicei, capacitatea de percepere a tuturor fenomenelor lumii substanțiale fine, care nu sunt accesibile simțurilor noastre trupești în stare normală, ca și această lume în general, sub formă de imagini, cu ajutorul vederii interioare sau capacității de a percepe impresii printr-o sensibilitate deosebită a vederii.

Clarviziunea nu este limitată nici în timp, nici în spațiu.

Dacă recepționăm evenimentele lumii astrale sub forma unor imagini care se referă la un alt timp decât cel prezent, ar fi mai corect să denumim această capacitate, vedere la distanță.

Clarviziunea și vederea la distanță depind de una și aceeași cauză. Cine este clarvăzător are și capacitatea vederii la distanță. Este mai important să deosebim imaginile furnizate de vederea obișnuită de cele date de vederea interioară.

Am auzit că toate substanțele se află în stare de emisie permanentă de radiații. Această radiație formează un al doilea corp (asemănător primului, adică un adaos la corpul material).

Mai cunoaștem, de asemenea, că forma de stare a materiei accesibilă simțurilor noastre, nu este singura formă existentă. Știm că putem percepe doar un anumit număr de oscilații materiale și că un număr mult mai mare de oscilații diverse piere fără urmă pentru noi.

Deci, dacă putem contempla aceste adaosuri, radiații și deverse oscilații astrale, această formă de materie rarefiată, suntem clarvăzători.

Așa cum am amintit, trebuie să transmitem această contemplare celui de-al șaselea simț al nostru, cel interior sau psihic.

Aceasta trebuie făcută cu ajutorul vederii interioare. Aflându-ne în această privim, ca să zic așa, cu creierul,

adică cu privirea sufletului, care trebuie să vadă clar şi plastic totul. Această privire a sufletului a apărut în majoritatea cazurilor în prima treaptă a dezvoltării şi, apoi, face loc vederii reale, dar se poate dezvolta astfel, încât va fi în stare să înlocuiască în întregime contemplarea reală. Clarviziunea spirituală are nevoie de ochii obişnuiţi, corporali, numai în timpul antrenamentelor, în caz contrar nu, deoarece clarvăzătorul, cu ajutorul simţului psihic, poate vedea şi cu ochii închişi ce se petrece în spatele său. Clarviziunea cu ajutorul ochilor obişnuiţi este, de cele mai multe ori, un stadiu târziu de evoluţie a vederii interioare, dar poate apare, de asemenea, şi sub forma unei urmări directe a exerciţiilor de antrenament.

Datorită antrenamentelor sistematice ochii vor deveni mult mai sensibili, încât vor sesiza oscilaţiile lumii substanţiale fine. Astfel ochii vor deveni senzitivi. Nu trebuie să credem că aceasta ar dăuna ochilor.

Starea senzitivă este o starea normală, proprie tuturor fiinţelor vii. Aşa-numita noastră cultură, ostilă oricărei activităţi astrale, ne-a adus în stare de a percepe numai lumea strict materială. Pe această bază incompletă şi şubredă ne-am construit noi întregul nostru orizont; ne-am îndopat cu ştiinţă, care conţine o mare cantitate de erori, căci se bazează pe eroare. Aceasta ar fi egal cu a construi o casă fără ciment, var şi liant, punând doar cărămizile una peste alta.

Dovada că starea de senzitivitate este o stare normală o aduce lumea animală. Un observator atent se convinge de multe ori urmărind exemplul animalelor sale domestice că acestea au proprietatea de clarviziune. Câinii latră, scheaună, stau cu coada între picioare şi manifestă toate semnele unei frici puternice; evident ei se tem de ceva ce există pentru ei, dar nu şi pentru noi. Ceva asemănător se poate constata la cai, despre aceasta putând să povestească mulţi

călăreţi şi vizitii cu experienţă. Oamenii de ştiinţă au avut deseori ocazia să constate astfel de manifestări la popoarele sălbatice – sensibilitate, clarviziune şi claraudibilitate.

Dacă clarviziunea naturală s-a accentuat, apare capacitatea de vedere la distanţă. Timpul şi spaţiul dispar şi evenimentele secolelor de mult apuse trec prin faţa noastră atât de clar, de parcă am vedea acum aici evenimentele desfăşurate. Şi viitorul îşi înlătură puţin vălul în faţa noastră şi vom vedea acţiuni şi evenimente ce trebuie să aibă loc până la amănunte aşa cum s-au arătat ochilor noştri. De aici rezultă că nu există nici un fel de timp – prezent, trecut, viitor – ci numai un prezent infinit. Şi spaţiul nu prezintă pentru clarvăzători nici un fel de obstacole. Dimensiunile pământene nu au nici un fel de importanţă şi, cu atât mai mult, nu sunt obstacole materiale. Clarvăzătorul poate sta într-un beci adânc şi, cu toate acestea, poate vedea dintr-odată un eveniment ce a avut loc pe un alt continent. Pentru el obstacolele materiale pur şi simplu nu există. Aceasta dovedeşte încă odată că substanţa (materia) există numai în imaginaţia noastră.

Clarviziunea şi viziunea la distanţă apar foarte des prin surprindere, fără exerciţii premergătoare. Cea mai mare parte a oamenilor a fost cel puţin odată în viaţă, clarvizionară. Dar în majoritatea ei şi-au format atunci nişte reprezentări incorecte sau explicaţii incomplete ale fenomenului punându-l pe seama fanteziei bolnave, a unui defect de vedere sau halucinaţiilor, etc. Puţini vor fi de acord că imaginea văzută care aparţine unei alte lumi, este la fel de reală ca şi ei înşişi. Desigur, ei nu-şi pot aminti că ei înşişi au favorizat apariţia acestui fenomen, prin faptul că au privit timp îndelungat la un obiect strălucitor sau la suprafaţa apei.

Experienţa conform căreia clarviziunea se poate provoca privind timp îndelungat suprafaţa strălucitoare a unei pietre

şlefuite sau a unui obiect luminos este veche de când lumea. Ne putem referi la colierul purtat de primii preoţi evrei, format din 12 pietre preţioase, sau la cheile fermecate ale celor vechi; Moise şi Solomon aveau un aşa numit inel al uitării, care provoca clarviziune celui ce privea timp îndelungat piatra sa. El se numea aşa, pentru că în stare de clarvăzător, persoanele respective îşi uitau propria personalitate din timpul activităţilor obişnuite. Un inel asemănător avea şi Gustav Adolf; cu puţin înainte de bătălia de la Lucerna inelul s-a spart. Jahov Bohme inducea starea de clarviziune cu ajutorul unui recipient strălucitor din zinc. Caterina Medici ştia să devină clarvăzătoare cu ajutorul unei oglinzi. Odată, când a dorit să afle cine va fi conducătorul Franţei, în oglindă au apărut fiii ei, fiecare din ei apărând de atâtea ori câţi ani aveau să domnească. Apoi ea i-a văzut în oglindă apărând pe neaşteptate pe Henric de Guise, iar în urma lui de peste 20 de ori, Henric de Navara.

Vestitul Cagliostre ştia să provoace clarviziunea cu ajutorul unei carafe cu apă.

Cel mai faimos clarvăzător al acelor vremuri a fost Immanuel von Swedenborg (născut în anul 1688, el a murit în 1772). Acest mare mistic susţinea că timp de 20 de ani s-a aflat în strânsă legătură cu duhurile şi sufletele morţilor. El a scris o mare cantitate de lucrări mistice. Putem prezenta o serie de exemple edificatoare de clarviziune, demonstrând astfel proprietăţile sale ieşite din comun.

Iată ce scria un ambasador danez:

„Swedenborg a fost invitat odată la regină. În prezenţa unui alt ambasador, care se afla în relaţii cu cel danez, în timpul acestei audienţe s-a vorbit mult despre problemele oculte. La sfârşit regina, care avea o minte luminată şi o judecată dreaptă, i-a dat lui Swedenborg o misiune secretă în legătură cu comunicările din lumea duhurilor.

Câteva zile mai târziu Swedenborg s-a prezentat a doua oară şi spre marea uimire a reginei, i-a adus mesajul cerut. Ea a declarat că mesajul avea conţinutul trebuincios şi adevărat. Era vorba despre o taină pe care o cunoştea doar regina şi Swedenborg nu ar fi putut cunoaşte de la nici o altă persoană în viaţă această taină".

Despre viaţa lui Swedenborg trebuie relatate următoarele:

„Văduva Marteville, care era la curtea suedeză, a primit de la un bijutier, un serviciu de argint care ar fi fost cumpărat şi neachitat de defunctul ei soţ; ea a refuzat să plătească, deoarece cunoştea corectitudinea soţului ei. Văduva a început să caute în hârtiile soţului său, pentru a găsi o confirmare a plăţii făcute de soţ, dar nu a putut găsi nici o dovadă. Fiind în dificultate, ea i s-a adresat lui Swedenborg. După câteva zile acesta i-a comunicat că într-un dulap, pe care ea l-a crezut complet gol, este un sertar secret şi acolo poate fi găsită chitanţa căutată. Imediat au început să caute acolo şi, într-adevăr, au găsit chitanţa, dovadă a efectuării la timp a plăţii. Aceasta l-a obligat pe bijutierul necinstit să-şi retragă pretenţiile absurde".

În anul 1759, Swedenborg, care abia se înapoiase din Anglia, a fost invitat într-o seară la un negustor din Gotenburg. Era o societate foarte veselă şi pusă pe glume. Dintr-o dată Swedenborg a declarat că tocmai în momentul respectiv, la Stockholm, în Sudermalmo, bântuie un incendiu foarte puternic, care creşte în proporţii. Din timp în timp el se îndepărta de ceilalţi, iar apoi revenea şi povestea din nou societăţii uimite despre desfăşurarea incendiului nimicitor. Abia peste câteva ore el a putut declara că stihia a încetat. Printr-o minune casa sa a rămas neatinsă, deşi se aflase în mare pericol. După două zile s-a primit un mesaj de la Stockholm, care a confirmat pe deplin spusele lui Swedenborg".

O capacitate deosebită de clarviziune avea şi faimoasa „clarvăzătoare din Prevorst" (doamna Frederika Hauffe). Această persoană vedea în permanenţă duhuri în jurul său.

Mai mult, de câte ori privea în ochiul drept al unei persoane, pe lângă oglindirea propriei sale imagini, ea vedea în adâncul ochiului persoanei respective o ființă ce semăna cu cel în ochiul căruia privea.

Ea considera că aceasta este imaginea omului interior și avea deplină dreptate, acela fiind, desigur, omul astral al persoanei respective, care se arăta vederii clarvăzătoare a doamnei Hauffe.

Vrem să mai menționăm încă un caz interesant, prezentat în lucrarea lui Berndt, la pag. 402:

Iată ce povestește un martor ocular, a cărui curiozitate a fost stârnită de consulul general englez Salt. Acesta din urmă își bănuia servitorii de furt și l-a rugat pe un „magician" să vină la el acasă. Salt a ales un comisionar oarecare pentru rolul de clarvăzător, în timp ce magicianul a făcut pregătirile necesare și a scris pe o hârtie descântece pe care apoi le-a ars cu plante aromate și alte substanțe. Apoi magicianul a desenat pe mâna comisionarului un desen oarecare, a turnat în mijlocul ei puțină cerneală și i-a ordonat băiatului să privească atent pata de cerneală, fără a-și lua ochii de la ea. După ce comisionarul a văzut o serie de vedenii care apăreau și dispăreau, i-a apărut persoana ce se făcea vinovată de furt, care a fost recunoscută după chip și îmbrăcăminte și, după ce a fost arestată, a recunoscut fapta.

Stimulat de această experiență, povestește Parisi în continuare, martorul Ljane a obținut succese și mai mari. În timpul uneia din experiențele de acest fel, magicianul a scris din nou pe o hârtie un mesaj către două genii, apoi un verset din Coran: „deschideți urechile băiatului printr-un procedeu supranatural, obligați-l să pătrundă cu vederea în lumea nevăzută pentru noi". Toate acestea, împreună cu substanțele aromate, au fost arse pe cărbuni. Un băiețel de 8-9 ani a fost ales la întâmplare dintre copiii ce se jucau pe

stradă. Magicianul i-a luat mâna dreaptă, a desenat un semn magic, adică două pătrate înscrise unul în altul, iar în inervalul dintre cele două pătrate a scris cifre arabe. Apoi a turnat în mijlocul semnului puțină cerneală și i-a ordonat băiatului să privească cu atenție acolo. Mai întâi băiatul a văzut în pata de cerneală chipul magicianului. După ce a privit acolo timp îndelungat (iar magicianul a ars în acest răstimp mai multe descântece), băiatul a descris ceea ce vedea: un om măturând, apoi un soldat defilând, cu un drapel. În încheiere Ljane a cerut să apară Nelson. Băiatul a descris un bărbat într-un costum albastru închis, care-și pierduse mâna stângă, dar a adăugat că mâna este prinsă de piept cu ace. De fapt, lordul Nelson își prindea mâneca goală cu ace de piepții hainei. Dar Nelson își pierduse mâna dreaptă, nu stânga. De fapt băiatul vedea imaginea reflectată, ca în oglindă.

Particularitatea clarviziunii este determinarea pe cale senzitivă a bolilor și pătrunderea cu privirea în interiorul corpului omenesc.

Această capacitate se poate dezvolta prin exerciții; la exercițiile de antrenare a puterii dorinței, care trebuie să preceadă exercițiile care se expun în continuare, se folosește metoda concentrării foarte intense, pentru a dezvolta capacitatea de a privi în aceste fel. În intervalul de timp în care se privește în cristal, oglindă, etc. este necesar ca în locul inactivității prescrise anterior să dirijăm continuu gândurile noastre spre obiectivul propus. Se poate recurge, de asemenea, la monoideism.

Acum vreau să prezint diverse exerciții, cu ajutorul cărora se pot dezvolta asemenea capacități.

Este posibilă utilizarea de procedee diverse, care, dacă avem suficientă răbdare, conduc toate către același scop. Trebuie ales procedeul cel mai potrivit pentru personalitatea

omului respectiv. Succesul se va obţine cel mai repede, desigur, cu ajutorul aşa-numitei „oglinzi magice".

10.1. Clarviziunea în cristal

Se ia un cristal bine şlefuit sau o bucată de sticlă de 10-15 cm lungime şi de 4-5 cm grosime, se pune pe o bucată de catifea (pluş) neagră şi se priveşte ţintă timp de 20-30 minute partea superioară a cristalului. Exerciţiul acesta, ca şi toate celelalte exerciţii similare, se va executa numai seara.

O lumină foarte slabă, acoperită de un abajur (învelită), se va afla în spatele persoanei care se antrenează. Exerciţiul se poate face şi cu ajutorul unei pietre preţioase, bine şlefuite, montată într-un inel.

10.2. Clarviziunea produsă de un obiect strălucitor

Orice sferă metalică sau din sticlă (bilă, etc.), orice suprafaţă metalică strălucitoare, o farfurie de tablă bine curăţată şi lustruită induc starea de clarviziune, dacă sunt privite cum s-a arătat mai sus.

10.3. Clarviziunea indusă cu ajutorul „oglinzii magice"

Acest fel de oglindă şi-o confecţionează fiecare pentru sine cu mijloace proprii. Obiectele din comerţ sunt, în primul rând, foarte scumpe, în al doilea rând, impurificate de emanaţiile celui ce le confecţionează şi ale vânzătorului.

Se procură o lentilă obiectivă acromatică, lipsită de orice fel de inexactităţi; aceasta este de dimensiunile 9-12 sau 13-18 cm diametru (aproximativ). Partea concavă, bine ştearsă cu alcool, trebuie acoperită cu un strat gros de

lac negru. Ne vom strădui ca stratul de lac să fie cât mai uniform. După ce stratul de lac se usucă, operaţiunea se repetă. Nu trebuie să rămână nici o porţiune, cât de mică, neacoperită cu lac. După terminarea operaţiunii de acoperire cu lac, se curăţă bine suprafaţa concavă a lentilei şi se aşază oglinda într-o cutie căptuşită cu vată, aşezând oglinda cu partea lăcuită în jos. Oglinda se poate folosi în două situaţii: fie când încăperea are o sursă de lumină foarte slabă, fie când este atât de întuneric, încât, oricât de străduim nu putem vedea oglinda. Cel ce se antrenează se aşază cât mai comod şi începe să privească în oglindă, ţinând-o cu ambele mâini, astfel încât oglinda se atinge cu degetele mari.

10.4. Clarviziunea în cerneală

Într-o ceşcuţă mică de porţelan, de tipul celor pentru prepararea tuşului şi vopselelor, se pune cerneală neagră şi apoi se priveşte cu atenţie.

10.5. Clarviziunea în apă

Un pahar plin cu apă se înfăşoară într-o bucată de material de culoare neagră sau roşie. Apoi se priveşte suprafaţa din pahar, cum s-a arătat mai sus. Se poate folosi, de asemenea, o sticlă bine şlefuită, plină cu apă, în jurul ei aşezând câteva lumânări aprinse. Se priveşte punctul cel mai strălucitor de pe suprafaţa sticlei.

10.6. Clarviziunea pe hârtie

Se aşază în faţa celui ce se antrenează o foaie de hârtie albă sau neagră, foarte netedă şi lucioasă. Se priveşte cu atenţie, timp îndelungat, coala de hârtie. Şi în acest caz

lumina trebuie să fie foarte slabă, sursa de lumină aflându-se în spatele privitorului.

10.7. Clarviziunea într-o suprafață lustruită

Cel ce se antrenează se așază într-o încăpere destul de întunecoasă (cu lumina din spate), la o distanță de aproximativ 3 m de un dulap lăcuit (lustruit), privind la suprafața lustruită a ușii dulapului astfel, ca și cum ar privi aerul care se află între privitor și dulap. Se urmărește ca obiectele aflate împrejur să nu intre în câmpul vizual al privitorului. Se va privi numai spre ușa dulapului, cu ochii acoperiți de un voal transparent. În timpul acestei experiențe, privitorul va fi așezat cât mai comod.

10.8. Clarviziunea într-o cameră perfect întunecată

Cel ce se antrenează se va așeza cât mai comod într-o cameră perfect întunecată, privind în întuneric, fără ca privirea să prindă conturul vreunui obiect din încăpere.

După cum s-a mai menționat, toate aceste procedee conduc la țel, unele mai repede, unele mai încet. În principal putem recomanda oglinda, cristalul și ușa lustruită a unui dulap.

Este bine dacă putem reuni aceste trei metode, astfel încât în prima seară se începe cu privitul unui cristal și se încheie cu ușa dulapului, iar în cea de-a doua zi în locul cristalului se folosește oglinda. În acest fel se obțin repede rezultatele scontate, cu condiția seriozității și hărniciei celui ce se antrenează.

Cel ce a devenit deja clarvăzător poate aplica toate metodele pentru a provoca viziuni; chiar și prin simpla încordare a voinței, privind în gol sau la un obiect oarecare, el reușește să aibă viziuni.

Următoarele reguli sunt valabile pentru toate situațiile:

Toate obiectele cu care se fac antrenamentele trebuie supuse la suflatul de trei ori aupra lor înainte de executarea primului exercițiu. Aceasta are ca scop supunerea respectivului obiect influențelor propriului od al celui ce efectuează antrenamentele. Suflatul asupra obiectului se face conform celor învățate la gimnastica respirației, adică la respirație se adugă concentrarea, orientată spre realizarea cât mai rapidă, cu ajutorul obiectului respectiv, a capacității de clarviziune sau vedere la distanță.

Apoi este necesar să se țină mâinile (cu degetele în jos, iar dosul palmelor față în față, la aproximativ 2 cm distanță) deasupra obiectului folosit pentru a provoca clarviziunea, la 2-3 cm deasupra lui; apoi persoana se închipuie pe sine și-și imaginează cum din vârfurile degetelor ies puternice jeturi luminoase ale odului, care se contopesc cu obiectul respectiv. Încă odată se realizează concentrarea gândurilor asupra ideii de a-și provoca cât mai curând capacitatea de clarviziune, apoi se mișcă lent mâinile dinspre centru către ambele laturi pe deasupra obiectului, acoperindu-l cu propriul od. Mâinile întinse mult, se deplasează circular spre centru în cercuri largi, repetând procedeul de 5 până la 7 ori. Apoi se așază cu grijă obiectul într-o cutiuță și nu se mai supune niciodată acțiunii privirii sau respirației și mai ales, atingerii unei alte persoane.

De la sine înțeles este faptul că o excepție de la aceste reguli, care se referă, în principal, la cristal și oglindă, este ușa dulapului.

În general, suflarea și magnetizarea se pot repeta timp de 12 ședințe (este chiar necesar). Dacă exercițiul se efectuează cu un pahar cu apă, aceste pase manuale trebuie efectuate înaintea fiecărui exercițiu, deoarece de fiecare dată se folosește apă proaspătă.

Foarte important este, de asemenea, ca în timpul paselor (suflat și magnetizare) cel ce exersează să fie într-o stare

sufletească de liniște și pace. Pe toată durata exercițiilor el trebuie să se mențină într-o stare armonică, altfel este lesne să se producă vedenii îngrozitoare, care, în funcție de situație, pot fi foarte dăunătoare sănătății trupești, fără a mai vorbi de faptul că o stare dizarmonică îl supune pe cel ce exersează influențelor nefaste, care pot avea consecințe greu de înlăturat.

Antrenamentele trebuie executate zilnic sau cel puțin odată la două zile, până la apariția primului succes, care poate apare după săptămâni, ba uneori chiar luni de antrenamente asidui. Aceste antrenamente nu trebuie niciodată întrerupte, efectuându-se cel puțin odată pe săptămână.

În timpul acestor exerciții poate fi prezentă cel mult o persoană cu care cel ce se antrenează trebuie să fie în deplină armonie; dar această persoană nu trebuie să împiedice antrenamentul în nici un fel și nu trebuie să stea prea aproape de cel ce se antrenează. Cel mai bine este ca cel ce se antrenează să poată rămâne complet singur sau cei din jurul său să doarmă.

După cum am mai spus, lumina trebuie să fie foarte slabă. Foarte utile sunt beculețele folosite de fotografi sau lămpile cu sticlă roșie, dar foarte slabe. Cine poate obține surse de lumină sau filtre violet va avea un succes mai rapid, deoarece lumina violet favorizează foarte mult capacitatea de clarviziune. Cine nu dispune de asemenea becuri și filtre speciale, poate folosi pentru acoperirea beculuí său, o foiță roșie sau violet sau o bucată de pânză în una din aceste culori. Iluminării trebuie să i se dea cea mai mare atenție!

O atenție foarte mare necesită și prevenirea accidentelor de orice fel!

Regula de bază pe timpul exercițiilor este ca, în afara celor apropiați din familie, nimeni să nu știe de ele până când se va constata un succes constant al lor.

Procesul descoperirii clarviziunii este aproximativ următorul:

„În primele seri cel ce se antrenează va vedea, desigur, în oglindă sau cristal, datorită luminii slabe, doar propria imagine oglindită, foarte neclară. Cu încetul imaginea lui dispare și în locul ei va apare încet figuri, mai întâi neclare, șterse, apoi tot mai clare. Imaginile vor avea mai întâi o culoare albicioasă sau gălbuie, apoi apar ca niște umbre asemănătoare fotografiilor șterse, ca în final să capete viață și culoare.

Dacă imaginile rămân nemișcate timp îndelungat, ele nu sunt reale, ci închipuite, doar reprezentări ale celor dorite sau rezultatul defectelor de vedere. Numai mobilitatea maginilor, acțiunile figurilor ne conving că avem de-a face cu lumea materială fină adevărată.

Acest tip de clarviziune nu prezintă nici cel mai mic pericol pentru sănătate. Ba ochii sunt chiar fortificați de aceste exerciții. Bărbații au nevoie de mai multă răbdare, căci femeile sunt mai capabile în acest domeniu. Dar fiecare bărbat care se antrenează cu asiduitate și lucrează pentru dezvoltarea sa proprie, peste câteva luni poate reuși să devină clarvăzător.

Trebuie să amintim încă odată că persoanele care au căpătat capacitatea de clarviziune trebuie, cu toate acestea, să privească în oglindă sau cristal și pe suprafața lucioasă a dulapului odată sau de două ori pe săptămână, cu toate că acum pot vedea oricând și destul de des prin intermediul ochilor minții, apoi prin clarviziune, evenimente trecute, prezente și viitoare. Lumea materială fină își va descoperi în fața lui tainele, iar timpul și spațiul nu-i vor mai fi piedică pe calea cunoașterii.

Ceea ce am spus despre oscilații este valabil, de asemenea, pentru claraudibilitate.

Forma materială primară, care este percepută de simţurile noastre, are, de asemenea, unde sonore care se propagă, a căror oscilaţii sunt inaccesibile simţurilor noastre. Dar şi lumea fin materială are propriile sale sunete, aflate dincolo de limitele scalei cunoscute a oscilaţiilor sonore. Ele se continuă la ambele capete ale acesteia, în ambele direcţii, până la infinit.

Deci, a auzi cu clariate, înseamnă a te afla în situaţia de a putea percepe aceste sunete necunoscute nouă.

Cu ajutorul unor exerciţii adecvate trebuie să ajungem să auzim tot ce se petrece în lumea fin materială. Trebuie să simţim că fiinţele din lume fin organizată ne vorbesc. Dar şi în viaţa noastră materială putem avea mult folos de pe urma capacităţii de a auzi la fel cum vede un clarvăzător, prin ziduri şi stânci, fără a întâmpina vreo piedică. La un grad înalt de perfecţionare,proprietatea aceasta ne permite, de pildă, să percepem, deşi ne aflăm în Europa, muzica ce răsună în momentul respectiv în America, de exemplu.

Claraudabilitatea se poate manifesta în două feluri, şi anume: fără ajutorul auzului, adică exclusiv cu sufletul, sau pur şi simplu auzind cu ajutorul organului specializat, urechea.

Acest al doilea tip apare de obicei, lent, din dezvoltarea auzului acela special al sufletului, şi este asemănător vederii cu ochii ce se dezvoltă din vederea aceea interioară a sufletului.

Pentru a atinge aceste posibilităţi este necesar ca ucenicul să înveţe să dirijeze pe deplin stările sale de pasivitate.

La baza claraudibilităţii se află starea pasivă. Trebuie să devenim pasivi în totalitate, pentru a avea posibilitatea de a auzi minunatele oscilaţii.

Este foarte greu să descriem auzul cu sufletul Ar fi absurd dacă am spune că seamănă foarte mult cu un gând

emis cu glas tare, dar aceasta ar fi unica posibilitate de a descrie acest fenomen.

Claraudibilitatea cu ajutorul organului auditiv ne permite să auzim sunetele oarecum neclar. Este ca şi cum în faţa timpanelor s-ar afla un paravan sau parcă am avea vată în urechi. Aceasta nu seamănă defel cu senzaţia de surzenie, deoarce percepem cele mai slabe sunete, dar ele sună ca şi cum între undele sonore şi urechile noastre s-ar afla un obstacol. Adesea persoanele cu astfel de proprietăţi aud sunetele astrale ca şi cum ar veni de foarte departe din spaţiu.

Alte persoane au senzaţia că aceste sunete le vin parcă prin telefon.

Proprietatea de claraudibilitate se manifestă cel mai bine pe întuneric, în izolare. De aceea, se recomandă ca următoarele exerciţii să fie efectuate seara, sau dimineaţa foarte devreme, când toată lumea doarme şi este linişte deplină.

Proprietatea de claraudibilitate se manifestă deseori la populaţiile sălbatice. Omul cult şi-a pierdut însă aceste proprietăţi. Şi în lumea animală se poate constata existenţa acestei capacităţi. Încă din antichitate este menţionată această capacitate auditivă specială. În zgomotul pădurii Didona auzea voci speciale. Budhiştii din Tibet devin capabili de claraudibilitate cu ajutorul unei scoici, iar ţiganii maghiari şi acum încearcă în acelaşi fel să obţină comunicarea cu „Nivasha" al lor (duhul aerului). Această artă era cunoscută şi necromanţilor medievali, care o practicau foarte asiduu.

Capacitatea de claraudibilitate se poate căpăta cu uşurinţă datorită stării pasive.

Seara sau dis-de-dimineaţă ne izolăm, ne legăm cu un fular la ochi (numai în prima etapă), ne astupăm urechile cum s-a menţionat anterior şi, luând o poziţie comodă, ne cufundăm în starea pasivă.

Înaintea exercițiului îl vom ajuta printr-o gimnastică respiratorie, care trebuie să meargă mână în mână cu concentrarea, pentru a obține capacitatea de a auzi toate undele sonore astrale.

Fără a întrerupe starea pasivă, ne încordăm auzul și ascultăm zgomotele ce se iscă în urechile noastre. Din acest zgomot de font se vor detașa încetul cu încetul silabe distincte și vom auzi apoi din când în când și cuvinte. Acesta este începutul.

Problema noastră constă în a înțelege bine aceste prime mesaje, fără a ieși totuși din starea pasivă. Treptat vor fi primite mesaje, dar numai într-o stare mai avansată poate fi întreruptă pasivitatea pentru a pune întrebări. După ce se formulează o întrebare, pentru a auzi răspunsul, trebuie să ne cufundăm imediat, din nou, în starea de pasivitate.

Trebuie să menționăm că, de multe ori, înaintea cuvintelor se aud alte sunete. Uneori, chiar după numai câteva antrenamente, se aud deja zvon îndepărtat de clopote, ciripit de păsări, tunete, muzică etc., iar din noianul lor apar cu încetul vocile. Este bine ca în acest timp să ne reținem respirația cât mai mult. După un timp oarecare se înlătură legătura de pe ochi și se astupă tot mai puțin urechile, până când se va obține în final manifestarea claraudibilității fără a astupa ochii și urechile, ca o urmare obligatorie a stării de pasivitate.

Procesul prezentat se referă și la auzul cu sufletul care, cu urechile astupate, nu diferă prea mult de auzul adevărat. Dacă această capacitate de claraudibilitate s-a dezvoltat suficient, și nu ne astupăm urechile, devine clar ce fel de proprietate este, dacă auzim cu sufletul sau cu urechile, atunci când recepționăm oscilațiile astrale. În acest caz putem să rămânem timp îndelungat la audibilitatea cu sufletul, dezvoltând această capacitate mai intens, dar în majoritatea cazurilor după un interval de timp ea se transformă în auzul real.

Un mijloc auxiliar foarte util este o cochilie:

Dacă, respectând regulile arătate, se pune cochilia la ureche (cealaltă ureche fiind astupată) și se trece la starea pasivă, procesul evoluției va fi accelerat. Trebuie doar să avem grijă ca zgomotul produs de cochilie să nu ne scoată din starea de pasivitate. Cochilia (melcul sau scoica) de mare trebuie să fie suficient de mare și să aibă pereții cât mai subțiri. Trebuie să alegem cochiliile care sunt cu cât mai multe răsuciturі (melci).

Ca și în cazul clarviziunii, exercițiile trebuie să continue odată la două zile, până când succesul va fi sigur. Apoi exercițiile trebuie continuate de două ori pe săptămână, iar apoi cel puțin o dată pe săptămână. În caz contrar, capacitatea dobândită va fi repede pierdută.

Cel ce exersează pentru a dobândi proprietățile de clarviziune și claraudibilitate este supus unui oarecare pericol. Datorită stării pasive el devine vulnerabil la toate înșelătoriile și minciunile astrale. El devine foarte credul și mintea îi devine foarte slabă. De aceea este lesne să i se pricinuiască neajunsuri. Aici trebuie să fie mereu înfrânte sentimentele și numai rațiunea rece și echilibrată poate decide în ce măsură mesajele primite din cealaltă lume sunt credibile. Numai cel ce va supune mesajele primite, fără excepție, criticii rațiunii sale, acela se va feri de rătăciri și neplăceri de tot soiul.

Aceste exerciții trebuie să fie însă efectuate, în ciuda pericolelor existente, deoarece pe această cale ucenicul va trebui să-și cunoască pe al său „Mahatma" – instructorul, învățătorul său, intrând în strâns contact cu el.

Îndată ce ucenicul va simți dorința fermă de a deveni un ajutor al maestrului său, el va simți că este condus de o ființă rațională, superioară, independentă de propriul lui „eu". De cum va intra în starea pasivă, ucenicul va simți influența învățătorului său, pe care-l atrage dorința lui puternică de perfecționare.

Capacitatea de clarviziune şi claraudibilitate ne permite să ne vedem maestrul şi să fim în contact cu el. Aceasta este de mare folos pentru evoluţia noastră ulterioară.

Faptul că, datorită acestei capacităţi dobândite acum, suntem supuşi înşelăciunii şi relei voinţe a unor duhuri rătăcitoare, are, desigur, şi partea sa bună. Astfel vom învăţa să deosebim grâul de neghină. Putem spune, deci, că exerciţiile pot ascunde primejdii pentru ucenic, dar numai cei slabi şi lipsiţi de raţiuni sunt capabili să-şi facă singuri rău, folosindu-se de această capacitate.

După cum am mai menţionat, gândul este un obiect material cu adevărat.

Numai forma stării lor este inaccesibilă simţurilor noastre în starea lor aşa-zis normală.

Dacă vom face ca acestor simţuri ale noastre să le fie accesibilă lumea astrală dezvoltând sensibilitatea, vom putea vedea şi auzi gândurile fiinţei astrale. Ceea ce, în starea de clarviziune, ne apare sub forma unei imagini, poate fi, deci, doar gândul fiinţei astrale. La fel, în starea de claraudibilitate, vom auzi cum vorbeşte fiinţa astrală.

Aceste forme astrale ale gândului ne influenţează simţurile prin intermediul odului. Cel ce nu generează în trupul său un od puternic sau o cantitate suficientă a acestuia, nu va reuşi un nivel înalt de dezvoltarea a acestor capacităţi.

De aceea, ucenicul va trebui să acorde atenţie ca, printr-un mod de viaţă raţional, să intensifice formarea odului, din punct de vedere cantitativ şi calitativ.

Nu numai răbdarea, cu care vă sfătuim încă odată să vă înarmaţi din belşug, dar şi forţa dorinţei ne vor duce în final la un succes neîndoielnic dacă vom efectua cum se cuvine fiecare antrenament.

Până în acest moment ucenicul a avansat atât de mult, încât nu-şi va mai folosi aceste capacităţi numai pentru

a-şi satisface curiozitatea, deoarece aceasta ar avea drept rezultat o epuizarea a acestor capacităţi.

Aceste capacităţi astrale ale omului sunt punţi care ne unesc cu altă lume. Cunoaşterea tainelor fără o clarviziune şi claraudibilitate care să ne pună direct în legătură cu lumea astrală nu are nici un preţ, de aceea ucenicul trebuie să-şi adune toate puterile pentru a căpăta şi păstra aceste capacităţi.

11. Psihometria

Diferenţa dintre clarviziune şi psihometrie nu este prea mare. O capacitate o completează pe cealaltă şi amândouă se continuă una pe cealaltă. Un psihometrist are, desigur, viziuni ca şi un clarvăzător, dar ele se referă toate la timpul trecut şi pot fi provocate cu ajutorul oricărui obiect material.

Doctorul Buchanan, profesor de fiziologie la Boston, a denumit-o psihometrie, dar această denumire, de fapt, nu este tocmai exactă.

Profesorul a dat în mâinile unor persoane foarte sensibile, aflate printre audienţii săi, unele pachetele bine închise, în care se găseau: o cantitate mică de diferite mirodenii, sare sau zahăr, devenite de neidentificat datorită ambalării. Totuşi, curând, persoanele respective începeau să simtă gustul substanţelor din pachetelele pe care le ţineau în mână fiecare. Această constatare, pe care profesorul a făcut-o cu prilejul diverselor experienţe pe care le-a făcut la diagnosticarea persoanelor sensibile, l-a determinat să meargă mai departe pe calea aceasta, nou descoperită. El a reuşit să facă o descoperire neaşteptată: persoanele nu numai că simţeau gustul substanţelor, dar şi efectul oricărui medicament pe care el îl ambala cu multă grijă şi îi punea

să-şi atingă fruntea cu ele. Astfel, vomitivele produceau senzaţia de vomă, somnolenţă etc.

Odată, profesorul l-a rugat, în timpul unei lecţii de medicină citite în faţa studenţilor, pe unul dintre ei să ţină în dreptul frunţii o scrisoare. Acesta din urmă a povestit conţinutul acelei scrisori, ba mai mult, a descris foarte exact înfăţişarea şi caracterul celui ce scrisese scrisoarea, deşi nu-l cunoştea şi nu-l văzuse pe omul respectiv niciodată.

Geologul american, profesorul William Denton s-a ocupat de asemenea de această nouă ştiinţă şi a obţinut rezultate remarcabile în domeniu.

Du Presle vorbeşte despre aceasta în a sa *Magica ştiinţă a naturii*, vol. II, pag. 91:

„Denton avea în persoana soţiei sale, a sorei şi a unuia dintre fii, persoane foarte sensibile şi capabile, cu care a desfăşurat experienţe timp de 20 de ani şi a scris pe această temă o lucrare în trei volume" (Denton: *Sufletul lucrurilor – The soul of the Things*).

El credea că influenţa trecătoare asupra hârtiei de scris exercitată de cel ce scrie o scrisoare este suficientă pentru a provoca viziunile respective senzitivilor; deci şi alte obiecte, chiar pietre, ar trebui să păstreze timp îndelungat influenţele exercitate asupra lor. El a făcut experienţe cu minerale, descoperiri arheologice, etc şi în faţa ochilor ajutoarelor sale au apărut, imediat sau încetul cu încetul, peisaje sau scene istorice demult apuse. Dentor s-a străduit să evite transmiterea gândurilor, iar veridicitatea viziunilor a putut fi apreciată prin compararea relatărilor.

De la cele mai bune cunoştinţe ale sale el a luat peste 200 de obiecte bine ambalate, neştiind care sunt ele, şi le-a apropiat de fruntea soţiei. Iar ea i-a descris între altele un templu antic; despre culorile folosite la materialele de construcţie ea a spus că erau nu vopsite, ci încrustate. Desfăşurând hârtia pachetului respectiv, doctorul Denton a

văzut o bucată dintr-un mozaic din Roma. Denton spune despre importanţa psihometriei în toate ramurile ştiinţei: „Abia dacă există ceva intangibil pentru aviditatea noastră de a cunoşte, cu sprijinul psihometriei adică pe o cale mult mai uşoară şi mai plăcută, decât cu aplicarea actualelor metode de cercetare. O relicvă personală a lui Shakespeare poate într-un interval de jumătate de oră să ne povestească despre el mai multe decât au fost în stare să descopere în 200 de ani biografii săi.

Cremenea de pe străzile Ierusalimului este o bibliotecă ce ne descoperă istoria întregului popor evreu.

Evenimente minunate ale celor mai vechi secole ies la lumina zilei; trebuie să ne străduim să deschidem doar ochii sufletului nostru şi le vom descoperi... Se pare că aceasta ne va conduce şi la gândul despre universul spiritual alături de cel material, adică universul care cuprinde tot ce există sau a existat vreodată".

Psihometria este manifestarea superioară a activităţii, a manifestării celui de-al şaselea simţ sau simţul odic. Acest simţ este pe bună dreptate denumit de oameni „principal" sau „perfect", deoarece le include pe celelalte 5. Acest simţ le poate înlocui pe toate celelalte, deoarece o persoană senzitivă poate vedea, simţi, gusta, mirosi şi auzi fără ajutorul organelor primare destinate pentru aceasta.

Capacitatea psihometrică de a recepta senzaţii este deosebit de puternică acolo unde se află punctul odic central, adică în creier şi în plexul solar.

Persoanele puternic psihometrice pot, fără a trebui să intre în stare de somnambulism, să citească scrisorile pe care le aşează pe plexul solar.

Şi din nou starea pasivă este ceea care ne induce capacitatea psihometrică. În concentrarea pasivă, în suprimarea tuturor gândurilor, în liniştea absolută vedem punţi care ne poartă spre minunatul simţ central (principal). Devenim

accesibili oscilaţiilor înalte şi fine şi, de aceea, trebuie să uităm lumea exterioară.

Deci, ne chemăm starea de pasivitate, închidem ochii, ne astupăm urechile şi ne relaxăm musculatura; apoi ne gândim cu cea mai mare intensitate la o figură foarte apropiată sau simpatică.

Ne concentrăm la gândul înfăţişării, proprietăţilor morale şi psihice ale persoanei respective şi ne străduim să ne reprezentăm cu ce ar putea să se ocupe în momentul respectiv. După ce ne-am menţinut în această stare de concentrare 10 minute, ne întrerupem activitatea mentală şi ne provocăm starea pasivă. Aceasta din urmă trebuie să dureze 5 minute (aproximativ). Apoi continuăm să mai rămânem aşezaţi în linişte o perioadă de timp.

După 10 sau 12 asemenea exerciţii vom fi cuprinşi în timpul stării pasive şi după aceea de intuiţii şi reprezentări care se referă toate la situaţia persoanei respective, aşa cum se află în momentul respectiv. Treptat ele vor deveni mai sensibile, mai palpabile, mai clare şi, în sfârşit, ce este mai important, vor corespunde pe deplin realităţii. Acum vom şti cu precizie ce face persoana respectivă în acel moment.

Ni se vor transmite, de asemenea, stările de spirit, senzaţiile şi sentimentele, ca şi accidentalele necazuri psihice.

Succesul va fi cu mult mai mare dacă vom ţine în mână fotografia persoanei respective, asupra căreia aceasta a suflat cu putere şi pe care o vom privi mereu în timpul stării de concentrare, sau o buclă din părul său, sau un petic din îmbrăcămintea sa, pe care a purtat-o un timp mai îndelungat, sau un alt obiect care îi aparţine.

Deoarece psihometria se află într-o strânsă legătură cu clarviziunea, prin acest exerciţiu se poate dezvolta, de asemenea, capacitatea de diagnostic senzitiv.

Desigur, este neplăcut să simţi suferinţele altuia, dar senzaţia nu este prea puternică şi durează numai câteva

minute, dacă vom utiliza concentrarea gândurilor imediat ce va deveni greu de suportat.

Atunci când ne simţim cuprinşi într-o oarecare măsură de supărările psihice ale persoanei la care ne gândim, este posibilă apariţia de multe ori a unor viziuni, descoperindu-ne astfel cauza necazurilor sale. Aceasta se întâmplă când, în timpul antrenamentului, persoana respectivă simte o stare de deprimare. Vom împărtăşi într-o măsură şi această stare sufletească, până când nu ne va mai apare o viziune care să ne descopere cauza tristeţii sale.

Acest exerciţiu trebuie efectuat o dată pe săptămână, dacă este posibil alternativ, odată dimineaţa, odată seara. În timpul zilei alături de alte exerciţii de clarviziune şi claraudibilitate, trebuie executate şi următoarele exerciţii:

Se iau mai multe substanţe – sare, zahăr, piper, scorţişoară, etc şi se împachetează bine (cantităţile sunt mici), ca să nu răzbată nici un fel de miros şi să nu fie simţite prin ambalaj. Trebuie însă evitate substanţele cu miros prea puternic sau cele ce nu pot fi transformate în pulbere fină. Într-un colţişor al pachetului trebuie să fie înscrisă, cu litere mici de tot, denumirea conţinutului. Ca aspect, pachetele trebuie să fie perfect identice.

Se ia unul dintre pachetele pregătite, se ţine la frunte închizând ochii, se exprimă dorinţa fierbinte de a afla ce se află în pachetel, apoi se provoacă starea pasivă, astupând urechile (în prima perioadă de antrenament).

Apoi, după ce timp de 2-3 minute s-a menţinut starea pasivă, ucenicul se lasă în voia efluviilor de od care-l influenţează, ceea ce se constată imediat în sesizarea gustului materialului conţinut în pachetel, uneori chiar prin vizualizarea acestuia. Se rămâne în această stare până când acest gust sau altul, această imagine sau alta, se vor menţine un timp mai îndelungat, apărând mai bine definite, mai clare.

Apoi va trebui să ne convingem că imaginea obținută prin psihometrie corespunde cu conținutul pachetului respectiv.

În cursul unui exercițiu de antrenament trebuie să ne ocupăm numai de 2 pachețele, deoarece fiecăruia trebuie să i se aloce 1/4 ore.

Desigur este necesară o imensă răbdare. Orice grabă nu duce decât la insucces. Dacă după circa 15 minute nu avem o reprezentare clară aspra unuia dintre pachețele, vom trece la un alt pachețel. În toate aceste antrenamente este necesară cea mai mare onestitate.

Dacă am obținut de mai multe ori rezultate favorabile, îl putem schimba astfel, încât să introducem scrisori de la prieteni și cunoștințe în pachetele perfect identice, așezându-le apoi pe masă, în fața noastră. Cu ochii închiși se alege apoi unul dintre pachete, se scoate scrisoarea și se duce la frunte. Apoi ne concentrăm asupra dorinței puternice de a afla cine a scris această scrisoare și ce conține ea, apoi trecem pentru scurt timp în starea pasivă, pentru a avea apoi viziunile care apar în fața privirii noastre interioare sau senzații materiale de tot felul.

Caracterul autorului scrisorii, situații din viața acestuia, starea sa de spirit când a scris această scrisoare, iar în final, chiar și imaginea sa vor apărea treptat în fața noastră. Dacă autorul scrisorii a fost, de pildă, furios când a scris-o, simțim și noi același sentiment, dar, desigur, mai puțin intens. Astfel vom simți absolut tot ce la putut impresiona pe timpul redactării scrisorii respective. Vom vedea ambianța în care s-a aflat autorul în acele momente, apoi va apare propria sa imagine, mai întâi ca o umbră neclară, apoi tot mai clară și mai colorată. În final vom afla și conținutul respectivei scrisori.

Este bine să alegem scrisori care nu ne sunt adresate nouă, al căror conținut nu ne este deloc cunoscut, nici persoana care a scris-o. Acestea sunt necesare doar în

prima etapă. Mai târziu vom fi capabili să ne verificăm reprezentările după relatările destinatarului.

Scrisorile scrise de persoane energice, cu un spirit puternic, sau cele scrise în momente de agitație, vor da rezultate mai bune și mai rapide.

Dacă exercițiile de acest fel sunt suficiente, din timp în timp, în loc de scrisoare se poate lua un obiect oarecare, pe care o familie l-a avut multă vreme în folosință, de exemplu o monedă veche, un obiect mic oarecare, pe care o altă persoană trebuie să îl învelească bine de tot, pentru ca pe dinafară să nu se poată vedea ce obiect este.

Uneori viziunile sunt compuse din imagini ale unor persoane care au avut odată, cândva, o tangență oarecare cu acest obiect; uneori se vor arăta și situații din afară. Influența odică a acestor persoane și a evenimentelor respective este atât de mare, încât ele se mențin foarte puternic pe obiectele studiate și atenuează orice alte influențe. În acest caz este necesar să se repete exercițiile cu obiectele respective, pentru a obține viziunile potrivite.

Deoarece noi schimbăm obiectele în timpul exercițiilor noastre de antrenament, este de dorit să le apropiem de asemenea de frunte, iar data viitoare de plexul solar; astfel ambele puncte odice centrale se vor antrena în mod corespunzător.

În cadrul unor experiențe psihice, inițial vor fi multe eșecuri, la fel ca aici. Ucenicul trebuie să știe aceasta.

De aceea, el trebuie să manifeste o imensă răbdare și perseverență, după care se vor pune în evidență, desigur, rezultate uimitoare și el va fi răsplătit pentru răbdarea și munca sa.

Mai ușor își atinge scopul cel ce pune în joc forța dorinței, la începutul fiecărui exercițiu.

Pentru experiențele psihometrice, cel mai potrivit este intervalul de timp dis-de-dimineață sau seara târziu. Cel ce

poate alege, trebuie să prefere orele dimineții (cel mai bine este imediat după trezire).

Se poate întâmpla ca într-o anume direcție succesul să fie mai mare, de pildă în determinarea conținutului scrisorilor, sau în diagnosticul senzitiv, în experiențele cu obiectele vechi, etc; în acest caz este necesar ca principala atenție să se acorde acestei specializări, efectuând celelalte exerciții doar printre picături.

Dacă ați obținut deja în această direcție un succes deplin, cu aceiași asiduitate veți continua exercițiile într-o direcție nouă.

Ucenicul trebuie să acorde o atenție deosebită exersării permanente în domeniul psihometriei, deoarece aceasta dezvoltă în mare măsură simțul său odic și favorizează pătrunderea sa în tainele naturii, ascunse celorlalte ființe muritoare.

12. Forța magnetică de vindecare

Majoritatea savanților nu fac deosebire între hipnotism și magnetism. Aceasta este, desigur, incorect.

Se aduc cele mai detaliate și ample argumentări, că simptomele hipnozei și ale magnetismului animal sunt aceleași, ceea ce, desigur, este de asemenea incorect, deoarece aceasta se constată doar în puține situații.

Experiențele lui Rochat au demonstrat în suficientă măsură că magnetismul curativ nu are nimic comun cu hipnoza și sugestia. Sugestia are loc numai pornind din creier și se transmite altui creier, dar nu poate fi transmisă cu ajutorul substanțelor influențate de od. Hipnoza acționează numai cu ajutorul voinței și este un act pur psihic, pe când magnetismul, prin natura sa, este un material

transmis sub acțiunea voinței, a substanței fine similare energiei vitale.

Pot fi hipnotizați doar omul și animalele, pe când magnetizarea poate fi aplicată oricărei substanțe. Mesmer a magnetizat în scopuri curative lâna, pielea, lemnul, pietrele, metalele și pâinea. Supoziția lipsită total de seriozitate că hipnoza și magnetismul sunt unul și același lucru trebuie dezmințită, în principal, prin magnetizarea plantelor.

Cu ajutorul transmiterii magnetice curative a odului putem obliga să se dezvolte splendid orice plantă, chiar în condițiile unei hrăniri insuficiente.

Plantele decorative ofilite și slăbite pot fi aduse, printr-o transmitere puternică de od, la o dezvoltare inimaginabilă din punct de vedere al taliei, vigorii și capacității de înflorire. Dar chiar și o simplă emisie de od, fără nici un fel de gând de a le influența în mod voit, are o influență benefică asupra plantelor. Dacă persoanele care au o emisie puternică de od se află timp îndelungat în apropierea plantelor sau se ocupă de ele mai multă vreme, acestea vor crește impetuos și sporul de vegetație va fi evident. Acest lucru poate fi confirmat de numeroși grădinari.

Mama vestitului astronom Johanes Kepler a fost învinuită de vrăjitorie și trebuia să fie supusă torturilor. Vecinile invidioase au pus și mai mult paie pe foc, arătând că bătrâna își vrăjește plantele, care sub mâinile ei au atins dimensiuni și o vigoare de necrezut, pe când plantele lor erau din ce în ce mai pipernicite, cu toată grija pe care le-o arată.

Cândva aceasta se considera a fi vrăjitorie, în prezent oamenii sunt mai cultivați și ignoră pur și simplu astfel de fapte, dacă nu cumva recurg la un procedeu și mai comod, denumindu-le autosugestie. Căci nu peste tot se poate folosi un alt termen, tot nou, cel de nebunie.

Din fericire, lumea științifică se ridică, în parte, în favoarea studierii generale a odului. Experiențele lui

Reichenbach şi Mesmer şi multe alte descoperiri ale vremurilor noastre demonstrează existenţa radiaţiei odice în calitate de conductor al energiei vitale şi voinţei.

Ceea ce a fost hulit şi supus oprobiului tuturor începe să se ridice ca o pasăre Pheonix din cenuşă şi va deveni în curând o forţă remarcabilă şi demnă de uimire. Atotputernicul „magnetism curativ", considerat încă drept o înşelătorie şi o vorbărie goală, va deveni leacul viitorului omenirii.

Magnetismul animal, care are multă putere, astfel că o atingere a mâinilor sau magnetizarea apei au un efect puternic, există într-adevăr. Până în prezent magnetismul animal a fost cercetat de foarte puţini oameni instruiţi, de aceea forţa sa este prea puţin cunoscută; el a fost utilizat doar în scopuri mercantile, de către unii. De acea din punctul de vedere al medicinei legale, el trebuie judecat cu mare atenţie şi grijă.

Deci îmi voi permite să prezint trei principii:

1. Există unii oameni care-i influenţează pe ceilalţi, calmându-i şi alţii care au o influenţă contrară.

Copiii mici nu adorm la fel de repede în braţele diferitelor persoane.

Sunt numeroase exemple, dar până în prezent nu s-a studiat încă suficient când şi cum se poate folosi magnetismul pentru a-i ajuta pe bolnavi.

2. Medicii savanţi s-au ocupat prea puţin de studierea magnetismului, dar îl numesc înşelătorie, căci este mai comod; dar adevărul îşi croieşte întotdeauna drum şi aceste forţe minunate se află în puterea neiniţiaţilor, de aceea ele nu trebuie ignorate.

Această atitudine este teama egoistă a medicilor de a nu-şi pierde renumele câştigat.

3. Deoarece încă la nici o universitate nu s-au ţinut cursuri de magnetism, este foarte greu să cunoaştem aplicaţiile practice ale acestuia. Majoritatea consideră că este adevărat

că noi am fi dotaţi cu un mijloc foarte puternic de vindecare – magnetismul. Acesta este cu adevărat o forţă, dar în prezent prea puţin studiată. De aceea fiecare trebuie să se conducă numai după propria experienţă.

În prezent, nu trebuie să-i învinovăţim pe cei ce nu cred în minuni, pe cei ce povestesc despre magnetism, la fel ca şi pe cei care consideră că acesta nu este încă suficient studiat.

Este demnă de atenţie şi opinia lui Schopenhauer, care spunea: „Cine în zilele noastre, se mai îndoieşte de existenţa şi acţiunea magnetismului, trebuie denumit nu sceptic, ci ignorant".

Mulţi medici de seamă au exprimat aproximativ aceleaşi opinii.

Dacă ne vom întreba acum, ce înseamnă a magnetiza un om, ne vom adresa pentru răspuns la paragraful 8, din prezenta lucrare. Acolo vom găsi următorul pasaj:

„După cercetări îndelungate, odul a început să fie considerat un conductor material de forţă vitală, deoarece odul sănătos se transmite unui trup bolnav şi-l vindecă".

Prin „magnetism curativ" trebuie să înţelegem astfel trecerea fluxului odic, cu concursul voinţei, de la omul sănătos la cel bolnav. Odul sănătos al unei alte persoane, dirijat de voinţă, reface armonia distrusă în corpul bolnav, căci boala nu este altceva decât distrugerea echilibrului circulaţiei odice, urmarea căreia este, în primul rând, un schimb defectos de substanţe în organism.

Magnetismul animal este, deci, o forţă mult mai mare decât toate forţele fizice şi chimice şi, deoarece el iese din interiorul fiinţei umane, nu este o forţă exterioară oarecare, dar pătrunde în interiorul substanţelor ca şi în atomi, distruge legăturile dintre atomi şi-i lasă intacţi doar pe aceştia. Astfel magnetismul animal este indestructibil pentru forţele naturale inferioare.

Descoperirea lui Mesmer constă în transmiterea magnetismului la bolnavii pe care-i vindecă. După magnetizare, bolnavul şi cel care l-a tratat au energie vitală în cantităţi egale.

De aceea, magnetizarea poate fi numită operaţie magică, dacă fiinţele magice ale agentului şi percipientului intră în contact una cu cealaltă şi terapia magică, datorită transmiterii de energie ce pătrunde ca o forţă vindecătoare, înfrânge nu numai simptomele, dar şi boala ce sălăşluieşte în interior, pe suportul odic.

Cele două părţi trebuie să aibă o simpatie reciprocă, altfel toate eforturile vor fi zadarnice, iar pentru bolnav poate fi chiar periculos, dacă i se va impune odul unei persoane ce-i este antipatică. Cu cât este mai mare simpatia dintre magnetizator şi pacient, cu atât bolnavul va nutri mai multă încredere în medicul său, iar tratamentul va da rezulate mai rapide şi sigure.

Încrederea îl aduce pe pacient într-o stare de maximă receptivitate, deci celulele sale sunt pregătite să absoarbă odul medicului său. Antipatia sau teama le face să nu recepteze odul. Organismul bolnav se împotriveşte energic pătrunderii odului ostil, ceea ce provoacă reacţii periculoase, care înrăutăţesc starea bolnavului şi-i agravează boala.

Magnetizatorul îşi ia o grea răspundere. Forţa sa devine cu atât mai mare cu cât el este mai puţin egoist şi este mai dispus pentru sacrificiul de sine. Numai un om cu o înaltă moralitate, care se bucură de o deplină armonie, total eliberat de orice pasiuni josnice, va avea un od cu adevărat pur şi capabil de minuni. Numai un astfel de om va putea influenţa în bine echilibrul trupesc şi sufletesc al celor bolnavi, încât însănătoşirea să fie grabnică şi sigură.

Un adevărat magnetizator trebuie să fie plin de iubire curată faţă de aproapele său şi numai această iubire trebuie să-l conducă pe calea grea a vindecării, nu setea de mărire,

orgoliul sau dorinţa egoistă de a fi bogat. Cel ce este magnetizator din vocaţie poate lua, desigur, dacă nu este prea bogat, o recompensă pentru munca sa, pentru a-şi putea duce zilele, dar trebuie să-i fie străină dorinţa de a culege bogăţiile pământeşti prin pretenţii lipsite de ruşine. El îşi poate oferi, de asemenea, puterea, cu toată sărăcia, fără a cere vreo recompensă.

Ceea ce determină în principal succesul în orice acţiune prin magnetism, este starea sufletească a celor doi – magnetizator şi magnetizat. Pasiunile josnice de orice fel – teama, grijile, necazurile, supărarea, distragerea atenţiei– slăbesc sau distrug raportul (relaţia)magnetic.

În capitolul despre od am aflat că acesta este individual, că este influenţat de proprietăţile psihice ale omului. Un magnetizator care însă nu şi-a supus proprile pasiuni voinţei şi nu le-a înfrânt le va transmite pacienţilor săi.

Un om dizarmonic de exemplu, poate induce în cel bolnav nu numai o aceeaşi stare emoţională sau indispoziţie, dar şi probleme serioase ale organismului, cum sunt spasmele şi dereglările (distoniile) nervoase. Deosebit de periculos este să se treacă la magnetizare într-o stare de iritare sau furie.

Şi starea de sănătate a celui ce magnetizează are o mare influenţă asupra forţei sale de vindecare. Orice indispoziţie sau boală, chiar cea mai uşoară, poate influenţa pacientul. Dacă nu se simte prea bine, trebuie să întrerupă şedinţa de magnetizare pentru a-l feri pe bolnav de un mare pericol.

Nimeni nu trebuie să aibă mai multă grijă de starea sa de sănătate şi de modul de viaţă sănătos, ca un magnetizator.

Cel mai important factor al magnetismului curativ este voinţa. Cu cât voinţa se manifestă mai energic, cu atât influenţa este mai puternică. O puternică încordare a voinţei aduce după sine o emisie mai puternică a odului. În plus datorită unei concentrări intense, el va fi orientat cu o

putere mai mare asupra locului bolnav şi-şi va manifesta acţiunea curativă.

Magnetizatorii capabili de o excepţională incordare a voinţei, pot vindeca numai la atingerea pacientului, fără nici un fel de pase, adică datorită voinţei imense sau, mai bine zis, emisiei odice a întregului lor corp, orientate de această voinţă nelimitată. Aceşti magnetizatori sunt înconjuraţi în asemenea momente, după cum relatează clarvăzătorii, de o lumină ca focul, din care ies fluxuri de od, care se unesc cu aura pacientului.

Înainte de a continua trebuie să răspund la încă o întrebare a ucenicului ce se iniţiază: oricine poate oare magnetiza?

La această întrebare se poate răspunde, de cele mai multe ori, afirmativ. Fiecare om are o emisie odică, unii mai mult, alţii mai puţin şi fiecare poate, printr-o concentrare corespunzătoare, să transmită cu ajutorul voinţei, această emisie odică corpului bolnav al aproapelui său. Realizarea deplină şi perfectă a vindecării dorite va depinde de forţa acestei emisii, de sinceritatea dorinţei magnetizatorului, de puritatea intenţiilor sale, de amploarea iubirii sale faţă de oameni, de forţa cu care-şi concentrează voinţa, îndeosebi de proprietăţile sale psihice şi, în fine, de puterea credinţei sale în posibilitatea vindecării.

Dacă aceste condiţii necesare nu vor fi îndeplinite, atunci, cu toată acţiunea magnetică, pacientului i se poate face mult rău. De aceea, toţi cei care apelează la magnetizatori, novici sau cu experienţă, este bine să afle din timp care este starea de sănătate, fizică şi psihică a acestora.

Dacă suntem convinşi că avem de-a face cu un om moral, cu aspiraţii înalte, străin de orice pasiuni josnice şi faţă de care nu avem nici un resentiment sau antipatie, trebuie să lăsăm deoparte orice grijă şi să-l ajutăm, acordându-i toată încrederea.

Pentru un novice în ale magnetismului este necesar să aibă încredere în forţele sale. Orice sentiment de teamă şi nesiguranţă îi slăbeşte puterea şi reduce receptivitatea bolnavului. Magnetizarea multiplă a apei, ca şi unirea repetată a odurilor cu subiectul (stând aşezaţi faţă în faţă şi ţinându-se de mână) trebuie să preceadă prima acţiune de magnetizare.

Magnetizatorul începător trebuie să se antreneze, mai întâi pe obiecte neînsufleţite. Să magnetizeze apa, ţesături, cristale, etc. Încet, încet, radiaţiile emise vor deveni tot mai puternice. În continuare se fac antrenamente cu ajutorul unui subiect, o persoană sănătoasă şi simpatică. De asemenea novicele trebuie să exerseze magnetismul pe plantele din apartament, deoarece efectul se constată foarte repede.

Tratamentul magnetic s-a utilizat din cele mai vechi timpuri. La toate popoarele aceasta era o proprietate secretă şi un privilegiu al castei preoţilor, păstrată în cea mai sfântă taină.

Ne vom referi aici şi la Biblie. Acolo sunt descrise vindecări prin atingere cu mâna – adică prin transmitere de od. Aşa vindeca, de exemplu, Iisus Hristos.

Acest procedeu de vindecare a fost apreciat şi păstrat în toate epocile, deşi opiniile religioase ascundeau esenţa sa şi atribuiau efectele tratamentelor acţiunii lui Dumnezeu sau diavolului.

Formaţia noastră prea ştiinţifică ne-a făcut însă ca, odată cu apa din covată să aruncăm şi copilul. Pentru a îndrepta eroarea strămoşilor, secolul nostru neagă în general posibilitatea vindecării prin transmiterea forţei vitale de la un om la altul.

Medicului Frederick Anton Mesmer (1734-1815) îi aparţine gloria de a fi creat o grupă de persoane instruite care erau adepţii procedeului magnetic de vindecare. Mai târziu la Universitatea din Berlin s-a înfiinţat chiar o catedră de magnetism animal.

În anul 1831, după 5 ani de cercetări, Academia din Paris s-a decis, după ce în anul 1784 guvernul a interzis orice vindecări cu ajutorul atingerii mâinilor şi paselor, să se pronunţe în privinţa existenţei magnetismului.

După trecerea a 10 ani, Reichenbach şi-a desfăşurat cercetările, dar toţi l-au tratat cu indiferenţă sau dezaprobare. Şcoala materialistă şi-a mobilizat toate forţele şi a sugrumat în faşă toate eforturile îndreptate spre recunoaşterea vindecării prin magnetism şi od.

Doar în ultima vreme, sub influenţa tendinţelor tot mai intense de a reveni la metodele naturiste de tratament, se pare că există dorinţa de a-i reabilita pe Mesmer şi Reichenbach.

Principala misiune a unui ajutor care doreşte să devină maestru este să transforme în realitate porunca de a-şi iubi aproapele. El trebuie să urmărească să facă bine altora în modul cel mai altruist, să aducă, unde este posibil, numai foloase tuturor. Educându-şi forţa magnetică, el va putea să-i ajute pe toţi cei ce suferă, vindecându-i de cele mai multe ori. Nimic nu trebuie să împiedice evoluţia forţei sale. El va trebui să o folosească zilnic, spre binele celor din jur.

Cu timpul va avea multe ocazii, mai întâi în familie, apoi în cercul de prieteni şi cunoscuţi, în fine printre ceilalţi, demonstrându-şi forţa magnetică şi bunele intenţii. Într-o bună zi va vedea cum uşa sa este luată cu asalt de cei nevoiaşi, împinşi de suferinţă sau de către cei ce şi-au otrăvit trupul şi mintea cu diferite medicamente, care nu le-au pricinuit decât rău, fără să-i scutească de suferinţe. Printre ei vor fi şi persoane care au avut de ales între a muri şi a-şi pierde o mână sau un picior printr-o operaţie chirurgicală.

Forţa magnetică vindecătoare a unui om care tinde spre înalt poate face mult bine celor mai mulţi dintre aceşti

nefericiţi. Desigur, ea este neputincioasă în lupta împotriva morţii sau a bolilor stabilite prin karma bolnavilor. Dar ea poate reţine, opri în evoluţia lor, toate bolile. De asemenea, poate face rănile să nu mai sângereze şi să se închidă. Omul dotat cu această forţă va putea vindeca necazurile sufleteşti şi va aduce multă linişte în sufletele bolnavilor.

Niciodată nu se poate spune de la început cât timp este necesar pentru vindecarea completă a unei boli. Receptivitatea bolnavului şi caracterul bolii au o mare însemnătate. Unii au nevoie de o singură şedinţă de magnetism pentru a se vindeca de o boală prelungită; alţii trebuie să suporte o mie de asemenea şedinţe, pentru a putea scăpa pentru totdeauna de suferinţă. Este păcat însă când un pacient renunţă, după numai două şedinţe de magnetism, la a le continua, iar apoi acuză metoda magnetizării că este neputincioasă în faţa bolii lui.

Se poate întâmpla ca, după o primă şedinţă de magnetism, durerile să revină a doua zi. Desigur, aici va trebui repetată şedinţa până ce durerile dispar.

Putem spune că se poate vindeca orice boală, dar nu orice bolnav, cu ajutorul magnetismului. Desigur, dacă boala netratată este într-o fază atât de avansată încât a afectat sau chiar distrus organul bolnav, sau dacă subiectul este nereceptiv la influenţa magnetică, este inutilă folosirea acestei metode; trebuie să recunosc sincer că mulţi bolnavi, care nu au constatat nici cea mai mică ameliorare sau atenuare a durerilor, au fost nevoiţi să renunţe la tratamentul magnetic. Nu pot fi tratate astfel o serie de boli cum ar fi leziuni vechi ale măduvei spinării, epilepsia congenitală sau cancerul.

Bolile ce pot fi tratate cu succes cu ajutorul magnetismului sunt frigurile, congestiile de tot felul, suferinţele organice locale, spasmele (între care şi epilepsia în crize),

isteriile, *delirium tremens*, crizele de furie şi tetaniile. În toate aceste boli am înregistrat vindecări de succes.

Clarvăzătorii au observat că, uneori, chiar după prima şedinţă de tratament magnetic, emisiile bolnavilor s-au diminuat, iar în cazul unuia, la încheierea şedinţei, au dispărut cu desăvârşire. Acest lucru, însă, se întâmplă foarte rar. În medie sunt necesare circa 15-30 şedinţe de tratament.

Oricine poate fi tratat prin magnetism, indiferent de vârstă sau de sex. Dar numai un om de o înaltă moralitate, calm şi înzestrat cu o voinţă deosebită, care-şi dirijează perfect concentrarea gândurilor şi a voinţei, poate să-i facă pe toţi, fără excepţie, să fie receptivi la emisia sa odică.

Senzaţiile celor supuşi magnetizării sunt dintre cele mai diferite. Unii au o senzaţie plăcută de căldură, alţii simt o răcoare reconfortantă.

Dar fluxul odic nu trebuie să producă pacientului o stare de excitaţie. Dacă se întâmplă aşa magnetizatorul trebuie să tragă concluzia că acesta se află într-o stare psihică sau fizică nefavorabilă.

Dacă şedinţa de magnetism produce somnolenţă ne putem aştepta la succes. Este bine dacă, după tratament, bolnavul mai rămâne o perioadă relaxat, chiar adormit. În general, durata unei şedinţe nu trebuie să fie sub 5 minute, dar să nu depăşească 30 de minute.

O transmitere exagerată de od poate avea efecte inverse. Pentru a satura corpul pacientului de od, nu sunt necesare mai mult de 20 de pase. În funcţie de gravitatea cazului, şedinţele de tratament trebuie să se desfăşoare de 1-3 ori pe zi, dar în general de 2-4 ori pe săptămână.

Pentru un maestru bun şi puternic, 10-12 şedinţe zilnic nu trebuie să fie prea obositoare. Trebuie evitate însă, pierderile de forţă prea intense sau prea dese. Desigur pot fi situaţii în care magnetizatorul trebuei să-şi folosească

întreaga putere pentru a salva pe cineva, poate chiar de la moarte. În acest caz trebuie să renunţe la tot şi să dea tot ce poate din capacitatea sa.

Fiecare magnetizator trebuie să respecte 3 reguli:

1. Să nu facă pase spre sine, altfel îşi va transfera boala asupra sa.
2. Să aibă grijă de polaritate.
3. Să fie atent la direcţia de creştere a nervilor, dacă este posibil.

În ceea ce priveşte punctul 1, se mai poate adăuga că, în cazul unor boli contagioase, magnetizatorul va face bine dacă la picioarele sale, între el şi pacient, va aşeza un lighean plin cu apă, în care îşi va dirija fluxul magnetic, după ce mâna sa va coborî de-a lungul corpului bolnavului. Mâinile sale nu trebuie să atingă suprafaţa apei, ci vor aluneca doar deasupra acesteia, concentrându-şi totodată atenţia către voinţa ca toate substanţele bolii, pătrunse de magnetism, să se cufunde imediat în apă.

După fiecare mişcare de coborâre se recomandă o uşoară scuturare a degetelor, care va fi dublată de gândul energic al debarasării de substanţele sau germenii preluaţi de la bolnav. La fel se va proceda şi la încheierea paselor, dar mult mai energic.

Desigur, înainte şi după fiecare şedinţă trebuie spălate foarte bine mâinile cu apă şi săpun. Înainte de a trece la şedinţa de magnetizare mâinile maestrului trebuie să devină calde şi uscate.

Spălatul pe mâini este obligatoriu atât din grijă pentru bolnav cât şi pentru a nu lua boala contagioasă de la acesta. De asemenea, este necesar ca înainte şi după fiecare şedinţă să ne clătim gura.

Îmbrăcămintea pacientului şi magnetizatorului pe timpul şedinţei trebuie să fie foarte uşoară. Trebuie îndepărtate toate obiectele de îmbrăcăminte strâmte.

Magnetizatorul trebuie să renunțe la îmbrăcămintea de mătase, ca și bolnavul.

Magnetizatorul poate folosi atât ochiul central cât și vederea obișnuită, în funcție de efectul pe care trebuie să-l aibă asupra pacientului – excitant sau calmant. În unele boli este nevoie de ochiul central, dar de obicei nu se impune folosirea acestuia.

O privire calmă, profundă, după ce s-a instalat comuniunea odică, îi va inspira pacientului multă încredere. Este ca și cum magnetizatorul i-ar spune pacientului să lase orice temere, căci se află pe mâini bune, care-l vor scăpa de toate durerile, necazurile sau neplăcerile sale. Ochii magnetizatorului constituie un izvor puternic de od și au un rol foarte important. Sunt însă foarte puține cazuri în care privirea trebuie să acționeze ca un excitant. În plus, nu totdeauna trebuie să privim în față pacientul; este bine să urmărim cu privirea mișcările mâinilor, acționând ca sursă de od, împreună cu degetele.

După cum se știe, polii de același semn se resping, deci în cazul de față se anulează, pe când cei opuși se atrag, deci în cazul nostru fac schimb reciproc de od. Spinarea bolnavului poate fi magnetizată cu mâinile încrucișate. Trebuie să remarcăm însă că, în cazul a două persoane, cel cu magnetismul mai puternic va determina în corpul celuilalt o inversare de semn. Totuși, magnetizatorii cu o experiență mai puțin îndelungată trebuie să respecte regula polarității.

În timpul ședințelor de magnetizare, atât magnetizatorul cât și pacientul trebuie să scoată de pe mâini inelele; trebuie să se elibereze amândoi de orice obiecte metalice și să nu se afle în apropierea nemijlocită a acestora, pentru a nu se produce vreo abatere a odului.

Este bine să se amintească mereu pacienților că, de multe ori, la primele ședințe de magnetism bolile se

intensifică mai întâi, dar aceasta stare nu durează prea mult și, în curînd, ea este înlocuită de o stare generală foarte bună și de însănătoșire. Această intensificare de la început este doar reacția la introducerea de od sănătos în organismul bolnav; acesta este excitat și are o criză benefică.

După fiecare ședință, magnetizatorul trebuie să se străduiască să-l aducă pe pacient într-o stare de repaus psihic și fizic. După magnetizare, somnul are o acțiune calmantă și de vindecare.

Înainte de a trece la diversele procedee de tratament magnetic, trebuie să atragem atenția uceniculuí că trebuie să se abțină de la a magnetiza o persoană fără a avea un martor. Numai astfel el va putea să se apere de orice clevetiri. Numeroși magnetizatori cu bun simț și purtări civilizate au fost supuși atacurilor unor pacienți, care i-au acuzat de diferite fapte reprobabile. De asemenea, ei sunt supuși și altor atacuri de către nedreptățile și ura reprezentanților medicinei oficiale.

Pe lângă magnetismul transmis cu ajutorul mâinilor, de multe ori se folosesc și diferite substanțe.

Aceste substanțe sunt: apa, vata etc.

13. Tratamentul general

Se referă la întregul corp și se folosește în aproape toate bolile, pentru a-l întări pe pacient și a-i provoca o criză benefică.

Înainte de a aplica magnetizarea trebuie să se facă pregătirea prealabilă. Cel ce trebuie magnetizat se așază în poziție magnetică, adică este cu fața spre sud și spatele către nord. Când este în poziția culcat, capul va fi orientat spre nord, iar picioarele spre sud. Dar este mai bine ca

pacientul să se afle aşezat într-un fotoliu comod, cu capul sprijinit.

Magnetizatorul se aşază în faţa bolnavului, astfel încât genunchii lor se ating uşor. Apoi ia calm mâinile bolnavului, aşază degetele mari pe cele ale bolnavului şi rămâne în această poziţie timp de 3-5 minute.

În acest timp priveşte cu cea mai mare linişte în ochii pacientului, magnetizatorul închipuindu-şi în acest timp că odul, în formă de fascicole, iese din ochii săi şi, orientat de voinţa concentrată a lui, este receptat de pacient.

Apoi magnetizatorul se scoală, se duce în partea dreaptă a bolnavului, îi pune mâna dreaptă pe frunte şi mâna stângă pe ceafă, rămânând în această poziţie din nou câteva minute. Apoi se ia mâna dreaptă de pe fruntea pacientului, întorcând-o cu dosul palmei spre frunte şi retrăgând-o încet, la distanţa de 1 cm de fruntea acestuia, coborând apoi de-a lungul corpului, la aceeaşi distanţă. În acelaşi timp, mâna stângă rămâne pe ceafa pacientului. Apoi se îndepărtează ambele mâini, prin mişcări circulare, de corpul pacientului, revenind apoi în poziţiile dinainte. Aceste pase sunt necesare doar la primele 5-6 şedinţe. Apoi bolnavul este supus influenţei odice a magnetizatorului în aşa măsură încât se poate trece imediat la continuarea tratamentului.

Magnetizatorul se aşază în faţa pacientului şi-i pune ambele mâini pe creştet. Mâna dreaptă este aşezată pe jumătatea dreaptă a capului, iar cea stângă pe partea stângă. Desigur palmele sunt spre creştetul pacientului.

După 1-2 minute se ridică mâinile de pe cap şi se deplasează la distanţa de aproximativ 1 cm, cu degetele desfăcute şi uşor îndoite, mai întâi deasupra obrazului, apoi de-a lungul întregului corp până la vârful degetelor şi apoi ceva mai departe. Apoi se scutură energic mâinile. Se

duc apoi mâinile cu mişcări largi, arcuite, către în afară, pentru a începe o a doua linie magnetică.

La revenirea în poziţia iniţială este necesar ca mâinile să fie întoarse în afară şi revenirea să se facă în arcuri largi, pentru a anula efectele anterioare.

Toată linia magnetică, de la cap la degetele picioarelor pacientului, se efectuează în circa 30 de secunde, la nevoie repetându-se de 10-12 ori.

Mai multe linii magnetice ar putea surmena pacientul, printr-o cantitate prea mare de od.

13.1. Tratamentul local

Prin linii magnetice se tratează locurile bolnave (dureroase). Dacă locul respectiv este pe spatele pacientului, magnetizarea trebuie făcută cu ambele mâini încrucişate.

Dacă locul respectiv este pe abdomen sau pe pieptul bolnavului, se pot face câteva mişcări circulare largi, cu opriri în diferite locuri de pe corp. Se face câte o pauză de câteva secunde (15-20) la fiecare linie, mai întâi pe frunte sau deasupra ochilor, apoi în jos spre piept, plexul solar, abdomen, genunchi, etc, cu opriri scurte în fiecare din aceste puncte. În funcţie de locul bolnav, se mai pot alege şi alte puncte pe suprafaţa corpului – gâtul, punctul central dintre omoplaţi, zona lombară, uneori şalele, coapsele, gambele.

În cazul tratamentului local trebuie magnetizate organele aflate în partea stângă a corpului cu mâna dreaptă, iar mâna stângă se va afla în acest timp fie pe mâna dreaptă a pacientului, fie pe ceafa acestuia.

Organele din partea dreaptă a corpului vor fi magnetizate cu mâna stângă, pe când mâna dreaptă a magnetizatorului se odihneşte pe mâna stângă a pacientului.

Spre final, linia trebuie efectuată cu calm, dar hotărât şi cu palmele spre în afară. În final se scutură mâinile.

Orice şedinţă magnetică trebuie să se încheie printr-o linie efectuată fără nici o oprire. Cel mai bine este ca şedinţele să se încheie prin 3-5 linii uniforme, lungi, fără oprire.

În timpul tratamentului local, chiar înainte de a executa liniile de încheiere, se intensifică efectul tratamentului punând mâinile pe locul bolnav şi suflând asupra lui. În cazul durerilor de abdomen şi stomac se aşază ambele mâini la fel ca la durerile de cap datorate nervilor. Pentru mame este un sfat util, în cazul în care le sunt copiii bolnavi, să-i ajute prin câteva şedinţe de magnetism.

Atingerea cu una sau două mâini este de mare ajutor în numeroase cazuri. În cazul îmbolnăvirii unui copil este bine ca mama să folosească tratamentul cu magnetism, pentru care îi va aşeza mâna dreaptă pe piept, iar stânga pe frunte. Foarte repede se va înregistra o ameliorare şi febra va scădea. Dacă nu se întâmplă aşa, este rugat un alt membru al familiei – care poate avea mai multă putere decât mama, să repete tentativa. Pentru a-i influenţa pe copii nu este nevoie de prea multă energie.

Istoria este plină de exemple de personalităţi care aveau o emisie foarte puternică de od. Astfel de persoane au fost, de pildă, Hristos şi ucenicii săi, Apollonius din Tyana etc.

Vindecarea cu ajutorul atingerii cu mâinile se face pe pielea neacoperită sau acoperită doar cu o pânză subţire, altfel efectul nu va fi deplin. În procedeele combinate este necesară o atingere a mâinilor de numai câteva minute. În tratamentul local se va ţine mâna pe locul bolnav timp de 20 de minute. În acest timp nu trebuie să se apese pe locul respectiv.

După fiecare şedinţă de atingere cu mâinile se suflă asupra locului respectiv. În timp ce se suflă, trebuie ca magnetizatorul să se concentreze asupra acestei operaţii, imaginându-şi cum odul iese odată cu răsuflarea şi vindecă locul bolnav.

Ca întotdeauna, este necesară concentrarea voinţei. Un om care nu-şi asociază emisia de od, chiar dacă puternică, cu o voinţă concentrată, nu va obţine rezultatele pe care un altul, cu o voinţă mai fermă, chiar dacă odul este mai slab, le va obţine.

La fiecare magnetizare trebuie să ne imaginăm cum odul propriu este emis şi, apoi, procesul de pătrundere în corpul pacientului a odului binefăcător. În acelaşi timp, ne vom concentra asupra gândului ca boala să dispară, durerea să înceteze, organele bolnave să se vindece şi pacientul să fie din nou sănătos şi vesel. În acelaşi timp ne vom gândi că odul nostru restabileşte armonia în corpul pacientului.

Cei ce cunosc anatomie şi fiziologie au avantajul că-şi pot concentra odul asupra părţii bolnave şi procesului de evoluţie a bolii, putând provoca mai uşor criza binefăcătoare.

În tratamentul local, când este vorba de locuri ce nu pot fi atinse, se vor face mişcări circulare cu vârfurile degetelor.

Când se acţionează cu degetele, trebuie să avem grijă ca degetul mare şi cel mic să poate emite, iar celelalte să fie uşor îndoite spre palmă. Degetul mijlociu emite cantitatea cea mai mică de od.

Dacă dorim să magnetizăm un pacient adormit, acesta nu trebuie trezit. Oricare ar fi poziţia în care doarme, el poate fi magnetizat. Un om adormit este mai receptiv la emisia de od.

13.2. Mijloacele magnetice auxiliare

Magnetizatorul are, de asemenea, o mică farmacie cu medicamente, leucoplast, comprese etc., dar nu o poate purta mereu cu sine. Medicamentele sale nu sunt toxice, dar, cu atât mai mult, sunt foarte indicate şi au efect în tratarea bolilor. Ele se compun din apă magnetizată, ulei sau cărbune, iar compresele sale nu sunt altceva decât

bucăţele de pânză magnetizate şi o mică cantitate de vată şi hârtie, de asemenea magnetizate.

Toate acestea sunt simple, totuşi apa magnetizată face minuni, iar bucăţelele de pânză (finet) magnetizate asupra cărora se suflă des liniştesc şi chiar fac să dispară durerile atroce.

Iată deci cum trebuie magnetizate apa, vata, pânza, uleiul, etc.

Apa magnetizată se poate folosi intern (se poate bea) sau sub formă de prişniţe şi chiar pentru băi.

Pentru băut se ia un pahar cu apă care este umplut până la circa 5 mm sub nivelul marginii paharului.

Se pune problema ce acţiune trebuie să aibă apa, dacă ea trebuie să fie odopozitivă sau odonegativă. Apa magnetizată negativ acţionează ca dizolvant şi vindecă şi cele mai rebele şi mai vechi constipaţii. Apa magnetizată pozitiv opreşte diareea cea mai rebelă.

Magnetizarea apei se face, de către bărbaţi, cu mâna stângă – negativ, cu dreapta – pozitiv. Femeile însă magnetizează cu mâna stângă pozitiv, iar cu dreapta – negativ.

Presupunem că un bărbat doreşte, cu scopul de a opri o diaree rebelă, să magnetizeze apa odopozitivă. În acest caz el ia paharul cu apă cu mâna stângă, lateral sau apucându-l de fund. Apoi ţine degetele mâinii drepte timp de câteva minute (circa 5) deasupra paharului, la 1-3 cm distanţă de suprafaţa apei, fără a le mişca. Apoi mişcă lin mâna dreaptă de 7-12 ori, dinspre pahar în afară, pe partea care nu este acoperită de mâna stângă, aducând mâna înapoi pe o traiectorie arcuită, pentru a nu şterge efectul realizat. Apoi se scutură uşor paharul cu apă. Se duce, în mişcări circulare, mâna dreaptă în sus, ca şi cum am vrea să prindem soarele sau particulele din eter – acest gând trebuie să le domine pe toate celelalte –, apoi se aduce mâna din nou, prin mişcări circulare, la suprafaţa paharului cu apă,

strângând treptat mâna în pumn. La circa 15 cm distanţă de suprafaţa apei se desface pumnul şi trebuie să predomine gândul că odul şi particulele culese din eter sunt iradiate cu putere din vârful degetelor în apă. Procedeul de magnetizare se repetă de trei ori, iar în încheiere se suflă deasupra apei.

În toate aceste procedee, cel mai important este gândul la scopul magnetizării şi concentrarea absolută. Trebuie să ne gândim mereu că dorim ca apa să devină foarte puternică şi să acţioneze împotriva bolii pentru care o pregătim. În acest fel apa devine medicament. Kramer a denumit apa magnetizată „medicament universal" şi aceasta şi-a câştigat pe deplin dreptul de a fi astfel numită.

Apa magnetizată îşi schimbă şi proprietăţile. De aceasta ne putem convinge magnetizând apa din două pahare dintr-un grup de şase, schimbându-le apoi locul astfel încât nimeni, nici chiar cel care le-a magnetizat, să nu poată deosebi paharele cu eşantioanele de apă magnetizată în ele. Vom constata apoi că două dintre probele de apă au un gust total diferit faţă de celelalte patru.

Dacă este nevoie să se magnetizeze o cantitate mai mare de apă dintr-o dată, se ia o carafă sau un alt recipient cu gura largă. Operaţiunile de magnetizare sunt aceleaşi. În cazul prişniţelor, de acestea nu trebuie să se atingă o a treia persoană. Doar magnetizatorul sau bolnavul însuşi va putea atinge aceste prişniţe (comprese). De asemenea, când este magnetizată apa pentru a fi băută, nimeni nu trebuie să atingă paharul, în afara magnetizatorului şi a celui care o va bea.

Administrarea apei magnetizate pentru a fi băută se face în înghiţituri sau cu lingura (cel puţin două linguri la o priză), la orice oră sau câte două linguri, înaintea meselor principale. Trebuie urmărit efectul apei asupra stomacului

bolnavului, intervenind la nevoie prin magnetizarea ei de semn contrar.

Apa este foarte sensibilă la voința magnetizatorului. Ea poate fi medicament, dacă i s-a dat această destinație, sau poate fi înzestrată cu calitățile vinului sau ale extractului de aloe, dacă el dorește aceasta și-și încordează voința în acest sens. Ea poate căpăta nu numai proprietățile, dar și gustul acestor substanțe.

Apa magnetizată poate fi folosită, alături de celelalte mijloace magnetice, în tratamentul tuturor bolilor, cu cel mai mare succes. În cazul durerilor în gât de orice fel, folosită ca gargară, apa are de asemenea un efect deosebit de bun. Apa odonegativă este, de asemenea, un bun somnifer.

Băile cu apă magnetizată au efect benefic în numeroase boli, de pildă în pierderea sau scăderea capacităților fizice (a forței vitale).

Baia cu apă magnetizată se pregătește astfel.

Cada – cel mai bine din lemn – trebuie să fie așezată astfel încât bolnavul să fie cu capul spre nord iar picioarele – spre sud. Temperatura apei depinde de boală și de starea bolnavului, dar trebuie să fie între 32^0 și 38^0C. Magnetizatorul își suflecă mânecile până la cot și-și trece mâinile peste suprafața apei, în linii lungi, de la cap la picioare, la circa 2 cm deasupra apei. Apoi mișcările trebuie să continue în afara căzii, revenind apoi prin mișcări circulare în sus. Se repetă procedeul de 7-12 ori și se suflă apoi deasupra apei de mai multe ori; apoi baia este gata pentru a fi folosită.

Bolnavul trebuie să rămână în cada cu apă maximum 15-20 minute, apoi se va duce direct în pat căci, de cele mai multe ori, după baie se instalează un somn sănătos, care ajută foarte mult la vindecare și care nu trebuie întrerupt decât în caz de mare pericol. Pentru a-l trezi pe

pacient din somnul acesta, i se spune mai întâi că va fi trezit, dar să nu se agite și să nu sufere din această cauză, că va trebui să se trezească imediat și să se simtă înviorat și puternic. Apoi cel adormit se apucă de mâini și i se suflă energic în față de câteva ori, ordonându-i să se trezească imediat. Ordinul se va da în șoaptă și nu se suflă dintr-o dată foarte puternic, pentru a nu-l speria pe cel adormit. Dacă nu se va trezi, se încearcă câteva pase inverse, de jos în sus sau, în fine, prin stropire cu apă rece.

În locul compreselor (prișnițelor) umede se pot folosi comprese uscate. În acest sens se pregătesc bucăți de pânză, vată sau hârtie, de mărimea unei coli de scris. Bucățile respective se magnetizează prin pase liniare dinspre mijloc către margini (12-15 pase), apoi se suflă foarte puternic în mijlocul compresei, apoi se pliază bucata respectivă și se repetă procedeul pe ambele părți (fețe) etc, până obținem compresa de dimensiunea dorită pentru a putea acoperi locul bolnav. Materialele folosite vor fi hârtia velină, vata în formă de pachete cu strat continuu, pânza (finet sau tricot) de cea mai bună calitate, de culoare roșie. Numeroși magnetizatori încarcă aceste comprese cu od numai prin suflare asupra lor.

Se poate acționa cu respirația direct asupra locului bolnav, obținând rezultate foarte bune, acțiunea fiind mai rapidă decât în cazul paselor. În cazurile de cefalee se suflă ușor pe frunte, de la o tâmplă spre cealaltă. Când este vorba de erizipel, se suflă ușor asupra locurilor respective și roșeața se reduce de îndată. Dispare și febra care însoțește iritațiile de pe față.

Se pot obține aceleași rezultate cu ajutorul unei batiste de mătase, magnetizată prin suflare, care se așază apoi pe porțiunile iritate ale feței.

Substanțele magnetizate trebuie să fie permanent învelite, păstrându-se la loc întunecat. Ele nu se vor lăsa pe

corpul bolnavului mai mult de 15 minute, cu excepția nopții, când pot rămâne timp îndelungat, chiar ore, dacă pacientul doarme.

În cazurile de lovituri, tăieturi și arsuri este mai bine să se folosească comprese cu apă magnetizată decât compresele uscate. În rănile cu coajă sau inflamații poate fi folosit cu succes uleiul magnetizat. Locurile bolnave se vor unge cu grijă cu acest ulei, efectuând mișcări circulare ușoare. Se pot folosi mici comprese din pânză, care s-au înmuiat în uleiul acesta și se așază apoi pe locurile bolnave.

Pentru a provoca somnul sunt buni, de asemenea, alături de apa magnetizată, și cărbunii. Se iau 2-3 bucăți, de preferință cărbuni din lemn de mesteacăn, cu lungimea de circa 10-15 cm și grosimea de 3-5 cm. Se țin cărbunii de capete și se suflă energic asupra lor pe toate fețele, de la stânga la dreapta, lent, dar puternic, concentrându-ne voința asupra transmiterii de proprietăți somnifere. Dacă acești cărbuni nu sunt folosiți imediat, se vor înfășura cu grijă în hârtie velină și se vor păstra la loc întunecos.

La folosire se pune câte un cărbune în fiecare palmă a pacientului, apoi i se strâng de către magnetizator mâinile în pumni. Bolnavul ține cărbunii strânși timp de 8-15 minute. De cele mai multe ori se instalează somnul. Desfăcând ușor pumnii pacientului, magnetizatorul ia cărbunii, pentru a-i mai folosi a doua oară sau a-i distruge a doua zi, când pacientului îi va trece efectul și se va trezi.

În nici un caz cărbunii nu vor fi lăsați să acționeze mai mult de 15 minute. Chiar dacă pacientul nu a adormit, el va adormi imediat ce va rămâne singur.

După 1-2 ore, somnul magnetic provocat de cărbuni se va transforma în somn adevărat, normal.

Materialele folosite trebuie remagnetizate la o nouă folosire, dar nu se vor utiliza mai mult de trei ori, apoi se vor folosi materiale noi.

În bolile de inimă se recomandă folosirea unei plăcuțe de sticlă, ca adjuvant în tratamentul general cu pase magnetice. Plăcuța din sticlă va avea 6 cm lungime, 4 lățime și marginile șlefuite (la partea superioară are o gaură, prin care se trece un șnur). Plăcuța se freacă pe ambele părți cu ambele mâini ale magnetizatorului, până se încălzește. Apoi se suflă intens pe ambele fețe, de la stânga spre dreapta; se agață la gâtul pacientului, astfel încât să se afle în zona inimii. Această plăcuță din sticlă nu se va folosi mai mult de 8-10 minute. Înainte de orice nouă folosire ea va fi, desigur, din nou pregătită de magnetizator.

Amintim încă o dată că toate materialele magnetizate trebuie ferite de atingerea altor persoane, în afara magnetizatorului și a bolnavului. Chiar prin privire, persoanele din afară pot avea o influență dăunătoare. De asemenea, trebuie ferite de acțiunea luminii, iar apa și uleiul se vor păstra în vase închise.

13.3. Diferite boli

Vom indica acum câteva boli, împreună cu tratamentul adecvat. Metodele de aplicare a paselor diferă, fiecare magnetizator acționând așa cum i se pare mai bine și cum îi dictează experiența. El va trebui să respecte doar legea polarității; să nu revină spre pacient făcând pasele în sens invers, pentru a nu-și anula singur tratamentul; să nu le facă de jos în sus pentru a nu-și stresa pacientul cu excesul de od. Toate celelalte depind de voința, concentrarea și proprietățile odului său, evoluția sa etică.

La *dureri de cap*, se recomandă să se așeze ambele mâini pe capul pacientului sau degetele mâinii drepte pe plexul solar, iar mâna stângă pe frunte, ca degetul mare să atingă rădăcina nasului. În final se suflă de mai multe ori asupra frunții pacientului, de la stânga la dreapta. Se obțin,

Bolile genitale necesită atât tratament local cât şi pase generale deasupra întregului corp. În locul dureros se pun prişniţe cu apă magnetizată sau ulei. Cel mai bine acţionează băile de şezut cu apă magnetizată.

Naşterile. Fiecare gravidă trebuie magnetizată chiar înaintea declanşării naşterii. Cel mai bine este ca gravida să fie magnetizată şi înainte de momentul decisiv, în cursul zilei. Se recomandă pasele ample deasupra întregului corp, apoi câteva pase deasupra abdomenului, de la piept până la genunchi. Opririle se fac deasupra plexului solar şi abdomenului. Apoi se aşază mâinile pe abdomen şi în final se suflă de mai multe ori, de la stânga la dreapta. Toate acestea uşurează naşterea. Un bun magnetizator, având o voinţă fermă, poate face ca naşterea să se desfăşoare aproape fără dureri, îndeosebi dacă pe timpul acesteia i se vor da gravidei înghiţituri mici de apă magnetizată special.

Acţiunile asupra copilului înainte de naştere. Începând cu luna a 6-a a sarcinii trebuie începute şedinţele de magnetizare. În cazul femeilor cu o sănătate mai precară acestea trebuie începute la puţin timp după ce rămân gravide. Sunt suficiente şedinţele desfăşurate o dată pe săptămână, prevenind astfel îmbolnăvirile copilului şi mamei, încă înainte de momentul naşterii copilului.

Sunt utile, de asemenea, băile magnetizate, calde. Magnetizarea favorizează, de asemenea, hrănirea naturală a copilului, influenţând calitatea şi cantitatea laptelui matern.

Bolile copiilor. Aici este deosebit de util magnetismul animal. Copiii sunt foarte receptivi la tratamentul magnetic, care-i poate feri de foarte multe boli şi neplăceri multiple. Organismul copiilor nu are nimic de suferit. Copiii sunt magnetizaţi la fel ca şi adulţii, dar trebuie feriţi de o transmitere excesivă a odului. Deci şedinţele vor fi mai scurte şi cu un număr mai mic de pase.

În cazul infecţiilor. Se fac mişcări circulare în jurul infecţiei. Se unge apoi cu ulei magnetizat. Se suflă energic. Se pot folosi comprese cu apă magnetizată.

Junghiuri şi reumatism. Interesul este îndreptat mai ales asupra tratamentului general, apoi pase deasupra locului dureros, băi calde magnetizate şi suflarea peste locul respectiv. Frecţii ale locurilor dureroase. Se va bea, de asemenea, apă magnetizată.

Spasme, paralizii etc. Alături de tratamentul general, pase pe spate, de-a lungul coloanei până la mijloc. Tratament local cu pase, băi, suflat asupra locului bolnav.

Bolile de nervi. Se tratează numai cu tratament general prelungit, după care urmează pase de-a lungul coloanei. Se aşază apoi mâinile pe creştet sau mîna stângă pe ceafă şi dreapta pe plexul solar. O perioadă, băi zilnice cu apă magnetizată.

Desigur, tratamentul magnetic trebuie să meargă mână în mână cu un mod de viaţă sănătos, raţional. Obligatorii sunt regimul şi liniştea sufletească.

Totdeauna trebuie să se lucreze cu asistenţă medicală. Bolnavul este bine să fie examinat, în prealabil, de un medic cu experienţă, pentru a-i pune diagnosticul.

Persoanele cu părul de culoare mai închisă decât al magnetizatorului se vor împotrivi acţiunii de supunere la odul acestuia, pe când cele cu părul mai deschis la culoare se vor supune mai lesne. Persoanele cu părul mai întunecat au, în general, o voinţă şi o emisie a odului mai puternică, de aceea este necesară mai multă răbdare cu ei.

Tratamentul magnetic este posibil, de asemenea, la distanţă, chiar prin poştă. Dacă vom magnetiza cu mâinile încrucişate o fotografie a unui pacient, care a mai fost magnetizat personal de câteva ori şi o punem apoi într-un pachet, pe care-l vom trimite pacientului prin poştă, acesta, aşezând fotografia asupra plexului solar, va resimţi

influenţa magnetismului. Desigur, aceste şedinţe de la distanţă nu sunt la fel de eficiente ca magnetizarea directă, dar cei ce au o voinţă puternică reuşesc să imprime puteri şi acestor procedee.

14. Despre corpul astral

„Ascultă, amice, eşti un mare cusurgiu, – odată mi-ai făcut cinstea de a mă recunoaşte, iar a doua oară nu mai vrei să mă cunoşti, ziua în amiaza mare. Desigur, mă supără, este jignitor şi, dacă nu am fi vechi prieteni şi nu aş şti cât eşti de ciudat, m-aş supăra pe tine pentru ieri!"

Aşa-i spunea odată A prietenului său B, foarte supărat. Foarte uimit, cel de-al doilea i-a răspuns: „Ce-i cu povestea asta? Ieri nici nu ne-am întâlnit! Te-am prevenit că boala soţiei mele ne va împiedica să ne vedem, nu?"

„Ce este cel mai urât din partea ta este că ai trecut pe lângă mine şi nu ai vrut să mă recunoşti, ba mi-ai şi râs în faţă!"

Eu te-am recunoscut, te-am strigat, tu te-ai întors şi m-ai privit ciudat, apoi ai mers mai departe. Am mers în urma ta până la colţ. Acolo te-ai întors, mi-ai râs în nas şi ai dispărut. Deşi am alergat peste tot, nu te-am mai putut găsi, aşa că te rog să-mi explici purtarea ta bizară, fiindcă altfel nu mai putem rămâne prieteni!"

Domnul B îşi reveni cu greu din uimire. „Prietene, mă tem că ai luat-o razna! Când s-au întâmplat toate astea? Ieri nu am ieşit toată ziua din casă!"

„E imposibil, ne-am întâlnit pe la trei după amiază. Te-am văzut la fel de clar cum te văd acum în faţa mea."

„De fapt am mai auzit că aş avea o dublură. Se pare că te-ai întâlnit cu dublura mea!"

Se pare că, într-adevăr, este vorba de „dublura" noastră astrală, cea care poartă intelectul nostru.

Teosofia hindusă îl înzestrează pe om cu şapte trupuri sau corpuri. Şi, ca de cele mai multe ori, are dreptate. Putem spune că, pe lângă corpul material, cu celulele sale muritoare, avem şi un corp eteric sau astral. Corpul astral poate fi numit şi odic. În el se află energia vitală. El dă viaţă, de fapt, corpului nostru material, iar când îl părăseşte, corpul nostru material moare.

După cum spune Du Presle în cartea sa *Magia ca ştiinţă a naturii* următoarele:

„Omul poate nu numai să-şi degaje propriile radiaţii, dar totul poate emite radiaţii, separându-se de corpul material, exteriorizându-se ca un corp astral. Aceasta are loc în telepatie, ca şi în cazul apariţiei dublurilor. La moarte corpul astral se desparte definitiv de trup şi trece în starea în care se află în embrion toate particularităţile noastre corporale şi psihice, deoarece şi după moarte suntem conştienţi de individualitatea noastră, ceea ce dovedesc pe cale empirică fantomele şi materializările".

Existenţa corpului astral a fost pe deplin dovedită de experienţele lui Rochat. El supravieţuieşte trupului material şi se descompune dacă are loc o nouă încarnare. Duhurile spiritelor sunt corpurile astrale ale oamenilor decedaţi, sau, cum se întâmplă adesea, ale unora încă vii.

Această fiinţă fin materială, odică, ia forma trupului material pe timpul vieţii acestuia, supunându-se permanent influenţei acestuia şi trăind în comuniune cu el. Scopul antrenamentelor noastre este de a face corpul astral cât mai liber.

Încă în timpul vieţii devenim mai independenţi de corpul nostru material, de timp şi spaţiu, de îndată ce reuşim să slăbim legăturile dintre corpul astral şi cel material. Toţi cei ce au aplicat în practică tot ce am prezentat în această

lucrare au aflat că nu este nimic mai presus de a intra în legătură cu propria fiinţă interioară, de a acţiona astfel asupra propriului eu. Corpul astral este, aşa cum am mai spus, purtătorul simţului superior, care le include pe toate celelalte.

Cea mai mare libertate pe care omul o poate da fiinţei sale astrale este când o face să iasă din trup, pentru a acţiona raţional asupra obiectelor sau pentru a se arăta apropiaţilor săi.

Separarea voită a corpului astral de cel material cere multă voinţă şi efort. Uneori separarea se produce fără voie, în timpul somnului sau sub acţiunea unei emoţii foarte puternice. Adesea privim în gol, stând imobili. Respiraţia se încetineşte foarte mult. Simţurile sunt parcă umbrite. Dacă nimeni şi nimic nu întrerupe această stare, corpul astral rupe învelişul material şi se poate ivi la mare distanţă de locul unde ne aflăm, putând apărea chiar sub formă de corp viu.

De multe ori oamenii s-au folosit de narcotice pentru a realiza această evadare a corpului astral din cel material. Acelaşi rezultat se poate obţine însă prin exerciţii adecvate, fără a ne expune pericolului de a nu ne mai trezi, cum s-a întâmplat adesea la folosirea de droguri.

Se poate însă ajunge la această stare printr-o foarte puternică concentrare a voinţei. Pentru acest exerciţiu ne vom aşeza la fereastră. Dacă vremea este frumoasă, fereastra va fi deschisă. Se alege un moment de linişte, când nimeni şi nimic nu-l poate deranja pe cel ce se antrenează. Trebuie să stăm nemişcaţi, urmărind cu atenţie norii ce aleargă pe cer sau doar adâncimea cerului albastru. Toate gândurile trebuie să se concentreze asupra dorinţei de a avea aripi, de a ne elibera dintr-o dată de greutate şi de a zbura în depărtări. Ele trebuie să fie atât de intense, încât să se transforme într-o dorinţă arzătoare. Trebuie să uităm

cu desăvârşire de propriul trup. Dacă simţim o puternică ameţeală, trebuie oprit antrenamentul. Şedinţa nu trebuie în nici un caz să dureze mai mult de 25-30 minute, dar trebuie reluată cât mai des. Persoanele foarte sensibile trebuie să se lege de fotoliu, pentru a nu cădea la declanşarea stării similare cu somnambulismul.

În plus este bine ca zilnic să ne magnetizăm un pahar cu apă, concentrându-ne atenţia asupra dorinţei de a căpăta posibilitatea desprinderii corpului astral de propriul trup.

În cadrul repetiţiilor zilnice, ucenicul îşi va spune:

„Corpul meu astral va avea acum putinţa de a domina asupra trupului meu material. Corpul meu astral va fi acum foarte puternic şi va domina tot ce va dori, cu uşurinţă. Materia nu va mai fi un obstacol pentru mine. Voi putea acum să-mi trimit oricând corpul astral oriunde voi dori. Voi putea să-l fac, de asemenea, vizibil pentru ceilalţi".

Următorul exerciţiu este antrenamentul în realizarea stării de catalepsie. Ne vom întinde pe o canapea, concentrându-ne atenţia şi voinţa. Apoi ne vom relaxa muşchii, concentrându-ne întreaga voinţă asupra acestei operaţiuni. Inhalând cât mai mult aer, ne vom trece apoi în starea pasivă. După aceasta ne vom lăsa fantezia să lucreze în voie. Ne imaginăm cum înţepeneala pune stăpânire încet, treptat, pe degetele picioarelor, urcă apoi pe picioare în sus, mai departe, mai sus, până când am atins starea de nemişcare absolută.

După ce catalepsia ne-a cuprins de mai multe ori, continuăm cu exerciţiul principal.

Pentru acest exerciţiu vom alege orele de linişte de dis-de-dimineaţă sau seara târziu. Cu cel puţin 2 ore înaintea exerciţiului nu trebuie să mâncăm nimic. Îmbrăcămintea trebuie să fie foarte lejeră. Ceasul deşteptător îl vom potrivi astfel, încât să sune peste 40 de minute. Apoi ne efectuăm

exercițiul de voință, de intensitatea dorinței, concentrându-ne apoi asupra reușitei separării corpului astral de trupul material, dar cu păstrarea tuturor amintirilor despre toate acestea.

Apoi ne astupăm bine urechile și ne legăm ochii. Ne întindem pe divan (canapea, pat), ne relaxăm toți mușchii și provocăm starea de catalepsie, după care, pentru câteva minute, ne concentrăm intens pe succesul exercițiului, însoțită de stare pasivă pe 3-5 minute.

Apoi, cel ce se antrenează iese, încet-încet, din propriul trup, separându-se bucată cu bucată, ultimul fiind capul. El își vede trupul, care este intins pe pat.

Este uimitor simțământul când ne vedem propriul trup, sentimentul de libertate deplină, de ușurință și lipsă de greutate, de atracție a pământului. Spațiul nu mai constituie pentru noi un obstacol.

Cu un simplu efort de voință trecem prin zid sau pe fereastra deschisă și ne avântăm în spațiu, zburând tot mai sus, spre soare sau stele. Probabil că la această fază deșteptătorul va suna.

În continuare, înaintând cu antrenamentele, vom fixa ceasul tot mai departe – la 45, 50, 60 minute, apoi la 1,5 ore. În continuare, antrenamentele vor avea mereu această durată.

În exercițiile următoare, vom schimba exercițiul făcând corpul nostru astral să bântuie prin casă, să aducă, de pildă, o carte din altă cameră. Aceste încercări vor continua, până când, ieșind din starea noastră cataleptică, vom fi uimiți să găsim cartea sau un alt obiect, lângă noi.

Dacă am atins un grad de iscusință în aceste exerciții, vom încerca o mică călătorie, de exemplu la unul din cunoscuții mai apropiați. Cu o zi înainte vom efectua drumul până la casa acestuia în modul obișnuit, observând cu atenție tot ce se întâlnește. Vom încerca apoi să

ajungem la casa prietenului în cursul antrenamentelor noastre. Vom încerca să luăm de acolo un mic obiect, pe care să-l aducem acasă. Vom repeta acest exercițiu, până când ne va reuși.

Mai târziu vom încheia acest exercițiu prin a ne face vizibili pentru prietenul pe care-l vizităm! Adunând toată voința pe care o avem, îl vom atinge și-l vom face să simtă această atingere, după care ne vom face vizibili.

Cine a reușit măcar odată acest exercițiu, pentru acela spațiul a încetat să mai existe. În câteva minute el își va putea trimite corpul astral în cele mai îndepărtate țări. Cel ce a atins acest stadiu, poate fi sigur că nu este prea departe de a deveni maestru!

15. Exerciții pentru relaxare și meditații

După misticul francey Piobb, schemele meditațiilor se reduc la:

1. Formarea unei holograme cu scopul de a chema sau de a face o legătură directă cu Absolutul, pe care îl simțim sub forma unei mingi energetice pe care o coborâm în inimă.

Inima este organul perceperii energiilor superioare.

Ea are doi centri secundari: partea din stânga, care se află plasată la nivelul mamelonului stâng, este cea care recepționează energia astrală chiar și în timpul somnului, când omul visează și trimite această energie prin centrul inimii transformând-o în energie materială, în partea centrului secundar din dreapta (plasat în regiunea mamelonului drept).

2. Închidem ochii și ne imaginăm clar o realitate (formăm în gând) un peisaj, de exemplu:

a) o pădure de aur, pământul este acoperit cu aur; toate acestea se scaldă în razele soarelui auriu;

b) o floare albastră pe un fond azuriu;

c) o floare albă cu vârful în sus, pe fond de cer albastru;

d) vârfuri de munți acoperite cu zăpadă, ieșind dintr-un văl de ceață care luminează;

e) o cruce albă înclinată, pe un cer albastru foarte strălucitor, care te orbește pe un fond azuriu infinit.

3. Noi umblăm rătăcind prin acea pădure, zburăm pe acel cer azuriu la înălțimea munților înzăpeziți (în niciun caz nu vă controlați capul, veți pierde meditația). Spunem cuvinte neînțelese, gesticulăm, facem alte operațiuni magice. Când scopul hologramei va fi atins, conștiința va reveni singură.

4. Pentru ca prin aceste operațiuni să vi se dea puterea Macrocosmosului, trebuie să începem totul cu o moliftă către Tatăl Ceresc, cu rostirea cuvintelor magice AUM și a descântecului: AUM, AUM, VANITĂ ENSOF.

Astfel, noi, cu ajutorul undelor acustice (vibrațiile care se formează la rostirea acestor mantre), punem corpul sub un control pe planurile trecutului. Aceste mantre se rostesc stând doar în postura lotus sau pe scaun cu mâinile pe genunchi, picioarele depărtate unul de celălalt la distanța de 20-30 cm, coloana vertebrală dreaptă. Timpul mantrei: 3-5-7 minute.

Vă poate ajuta scopului un susur de apă, de picături căzând. E bună pentru meditație o muzică specială, formată pe vibrațiile centrilor. În așa fel puteți ieși și în astral. Știu că aceasta ar fi dorința tuturor, să-și afle trecutul, viitorul, rezolvarea unor probleme foarte importante. Nu e neapărat nevoie să apelați la persoane suspecte, fel de fel de vrăjitori, ca să vă dea în cărți sau în cafea. Este de ajuns să vă dezvoltați capacitățile proprii ca să puteți obține ușor

ceea ce doriți. De fapt, de multe ori se întâmplă ca multe persoane, în timpul somnului, să viseze ceva care le determină sau le ajută să ia niște decizii pentru care aveau de câteva zile rețineri. Dacă se culcă cu aceste gânduri care le frământă zile în șir, noaptea, în timpul somnului, corpul astral părăsește corpul fizic ținând legătura doar prin cordonul ombilical (firul auriu genetic). Prin acest cordon se transmite energie astrală care prin centrul secundar al inimii se transformă în energie vitală, aducând cu ea de pe planul astral informația de care aveam nevoie înainte de somn. Visele, de obicei, nu sunt scurte. Senzația care o aveți la trezire, după ce ați visat, e că au fost vise felurite, însă ele de fapt sunt diferite planuri astrale. Cu cât este mai pur corpul celui care visează (se are în vedere și spiritual, și emoțional, și energetic), cu atât mai sus se ridică și cu atât mai pură este informația primită în somn. Cerul este Nesfârșitul, acel Infinit care ține legătura Creatorului cu elevul.

16. Cercul și însemnătatea lui

Cercul este simbolul Legii Karmice. Lumea e compusă din două cercuri:

– un cerc mic care se rotește în sens opus acelor de ceasornic;

– un cerc mai mare care este într-o rotație continuă, dar se rotește în sensul acelor de ceas.

(Observați cum merg preoții în biserică în timpul ritualului de botez sau în timpul ritualului unei cununii).

Iată de ce tămăduitorii extrasenzoriali din China, Japonia, Tibet, fac aceste pase în felul următor: mâna dreaptă,

care înscrie cercuri mari în partea de jos (pacientul stând în picioare), în sens orar, iar mâna stângă în creştetul capului face pase înscriind cercuri mai mici – antiorar. Prin aceste pase se transmite energia de la vindecător către bolnav.

Acesta este simbolul Legii Karmice, pe care, dacă fiecare din noi şi l-ar imagina înainte de a dormi, şi-ar forma o protecţie astrală, formată din doi cilindri – unul mai mic pe interior, care s-ar roti antiorar şi unul pe exterior, care s-ar roti orar. Cu această protecţie puteţi adormi, dar să ţineţi cont că e valabilă doar în timpul somnului şi cu rugăciunea către Dumnezeu sau mantra inimii (de apărare). Să nu încurcaţi rotirea cercurilor sau a cilindrilor, că va fi rău, pe parcursul a câtorva zile vă veţi simţi starea sănătăţii proastă. Deci fiţi foarte atenţi la exerciţii. Adresaţi-vă mai bine unui specialist în domeniul respectiv şi veţi fi ajutat.

17. Puterea de a mări forţa gândului

Pentru a mări puterea gândului, se foloseşte focul. Puteţi trimite un gând de binefacere stând în faţa altarului, atunci când vă găsiţi în biserică sau în para focului unui rug care arde. Acest exerciţiu amplifică puterea de a trimite telepatic vise plăcute şi gânduri de însănătoşire grabnică bolnavilor. De aceea rugăciunile, pentru a ajunge la cer, se fac la lumânarea aprinsă. La fel, ridicarea sufletelor celor morţi se face cu slujbă bisericească şi cu multe lumânări aprinse. Şi tare ar fi bine, dacă mergând la Sfânta Biserică, aprindeţi câte o lumânare şi pentru cei care au murit pe loc.

18. Energia soarelui

Soarele are cea mai mare putere dimineaţa, când răsare. Este foarte folositor un exerciţiu din Raja Yoga pe care îl puteţi face doar dimineaţa la răsăritul soarelui:

1. Se stă în picioare, cu faţa la răsărit, mâinile întinse cu palmele spre Soare, spre Lumină. Vă imaginaţi că Soarele arde şi emană lumină în mâinile voastre. Întoarceţi palmele spre sine şi apropiaţi-le, dându-le drumul de-a lungul corpului, imaginându-vă că Soarele s-a oprit în voi şi luminează din interiorul vostru. Mulţumiţi Soarelui.

Alt exerciţiu care se face tot la răsărit de Soare, dar după o metodă ocultă, este următorul:

2. Staţi sub forma literei „Y", cu palmele în sus; vă imaginaţi că energia iese din palmele voastre şi se intersectează deasupra capului. Aduceţi cu gândul Soarele în locul intersectării energiei ieşite din mâini. În acest mod, energia Soarelui va veni spre mâini prin razele canalului deja format de palme, centrul inimii şi punctul de intersecţie de mai sus.

Există în Yoga circa 2000 metode de a vă uni cu Focul Soarelui.

Pentru a lua contact cu Puterea Focului (AGNI), trebuie ca seara, când vă culcaţi, să vă imaginaţi un foc mare de culoare albă, lumina focului lumânărilor din biserică sau răsăritul Soarelui. Este de dorit să vă culcaţi cu capul spre răsărit, iar culcându-vă să vă formaţi holograma (scopul).

În Raja Yoga se apelează la vindecarea prin somn cu ajutorul Focului. Pot fi vindecate bolile de ochi, scleroza creierului etc. Exerciţiul pentru scleroză se face dimineaţa, cel pentru ochi seara. Durata exerciţiului la flacăra lumânării – 15-20 minute.

Toate exerciţiile de mai sus se îmbină cu *mantrele* de chemare a Focului; aceste mantre trebuie spuse cu precauţie numai de către oamenii sănătoşi psihic. Mantrele Focului

provin de la cuvântul AOUM, iar variantele lui prescurtate ar fi: O, OM, UM, AM, AO, OUM, AUM. Aceste mantre duc la vibrația spațiului și la intrarea în vibrație a celui ce repetă mantra. Se curăță unda de legătură între OM și FOC. Când canalul e curățat, mantra AOUM care definește deja venirea focului din spațiu și intrarea în vibrație cu Focul propriu, deschide energia Kundalini, urcând-o de jos în sus, pe coloana vertebrală. Aceasta urcă încet deschizând ceilalți centri energetici cu o ușoară căldură în coloana vertebrală și luminează în toate culorile spectrului.

Școala Chineză te învață să acumulezi acest foc în coloana vertebrală în regiunea coccisului, sau să-l acumulezi tot timpul din spațiu.

Mantra OM MANI PADME HUM se folosește la chemarea focului. Puteți începe vindecarea cu aceste cuvinte sfinte. Pentru a nu slăbi energia focului spuneți pacientului să repete tot timpul mantra *RAM*. Această *mantră* duce energia de la vindecător la pacient.

AOUM – AOUM – RAM este *mantra* pentru a ține sub influența focului un organ grav bolnav (tumoare); ea mai este și *mantra* de apărare a corpului vindecătorului, fiindcă de multe ori se întâmplă ca, din imprudență, lucrând cu pase magnetice asupra unui bolnav, să preia boala de la pacientul bolnav; de aceea, mulți vindecători preferă să lucreze la nivel mental sau punându-și o apărare de foc pe toate corpurile. După fiecare bolnav, spălați-vă mâinile sau faceți un duș energetic.

19. Mineraloterapia

În afara lucrului cu puterea gândului se pot folosi și pietrele prețioase, semiprețioase sau chiar pietre obișnuite. Cu ajutorul lor se poate efectua corecția (echilibrarea)

biocâmpurilor omului. Câmpul energetic poate fi corectat și pe fantomă atunci atunci când bolnavul se află la o distanță mai mare și nu se poate deplasa la vindecător. Fantoma este copia energetică a omului, care se numește corpul informațional. Având la dispoziție chiar și un fir de păr al unui bolnav, se poate depista de ce boli suferă, ce vârstă are și ce fel de om este. Deci se poate citi codul energetic al omului. Cunoscând codul, vindecătorului îi vine ușor să facă vindecări la distanță.

Există șapte niveluri de capacități senzoriale:

1. Etapa conștientă, când omul cunoaște ceva care-i face plăcere să cunoască sau nu;
2. Etapa tactică, când omul simte vibrațiile *funcționării centrilor de forță* sau organelor bolnavului;
3. Etapa mentală, când se pune în funcțiune lucrul creierului;
4. Etapa de sunete, când simte vibrația, dar pe care o percepe ca pe un sunet (clarauzul);
5. Omul începe să vadă imagini sub formă de chip energetic;
6. Vederea deplină a chipurilor + vederea peisajelor geografice (clarvederea și clarauzul);
7. Vederea transcedentală – la acest nivel ajung numai persoanele care au un *Guru*, un învățător spiritual. Ei fie că au meditat foarte mult cu un bun cunoscător de științe oculte, fie că sunt la o treaptă de dezvoltare spirituală foarte înaltă și li s-a trimis un *Guru* spiritual care îi învață prin Școala Astrală.

Când omul are viziuni transcedentale – vede chipurile sfinților, stelele – el are un *Guru* spiritual. Ajungând la acest nivel, care se mai numește și auric, se poate ușor ajunge la levitație. Dacă s-a ajuns la nivelul de desprindere de la pământ și *Kundalini* este deschis, omul poate ajunge

la Conştiinţa Universală, însă cei slabi, care nu-şi pot controla energiile, îşi pierd firea ieşindu-şi din minţi.

Cu ajutorul cristalului de cuarţ se pot deschide capacităţile extrasenzoriale, după metoda propusă de Rudolf Steiner. Dar există şi o tehnică de securitate în lucrul cu pietrele:

– luaţi piatra şi aduceţi-o la nivelul ochiului al treilea, vedeţi dacă emană sau absoarbe energie şi ce fel de energie absoarbe;

– ţineţi palma dreaptă deasupra mineralului şi remarcaţi dacă dă căldură sau răceală în palmă.

În loc de postfaţă

Dorinţă, Voinţă, Credinţă

Fenomenele parapsihologice n-au fost studiate amănunţit de ştiinţa contemporană. Dar au trecut mai mult de 300 de ani de când Giodano Bruno a fost ars pe rug pentru credinţa sa în multitudinea lumilor locuite. Multe s-au schimbat de atunci în ce priveşte cunoaşterea Lumii şi a Universului. Dar oare cu cât ne-am apropiat de adevăr? Ce ştim despre Legile Universului, despre locul Omului în el, despre sensul Vieţii, despre mecanismele tainice dar evidente ale Cosmosului? Nu v-aţi întrebat niciodată de ce v-aţi născut? Oare un brutar s-a născut pentru a coace pâine ca să-i poată hrăni pe alţii, un cizmar pentru a-i încălţa, un producător de haine pentru a-i îmbrăca, un inventator pentru a-i deştepta, un preot pentru a-i întoarce pe oameni cu faţa spre DUMNEZEU, a le arăta calea dreaptă de-a lungul veacurilor?

Gândul omului pe o nouă treaptă a Cunoaşterii trebuie să se îndrepte din nou spre enigma primară a existenţei – taina Omului. Pornind de la nivelurile contemporane ale Universului e necesar să examinăm existenţa noastră în concepţia OM-PĂMÂNT-COSMOS, adică unitatea micro şi macrocosmosului.

OMUL a înţeles cu adevărat, pentru prima oară, că El este locuitorul unei planete şi că, poate, trebuie să se gândească şi să acţioneze într-un fel nou, nu numai ca personalitate separată, familie sau specie, stat sau uniune de state, dar şi din punct de vedere planetar. Ca tot ce este viu, el poate acţiona din punct de vedere planetar numai

în biosferă, într-un anumit înveliş pământesc. Cu acest înveliş, el este legat pe vecie şi din el nu poate pleca, nu se poate desprinde. Existenţa sa este funcţia sa.

Natura nu ne dăruieşte cunoştinţe, noi le dobândim în lupta cu obstacolele pe care ea ni pune în cale. Şi dacă până acum dezvoltarea omului s-a făcut după programele genetice implementate de Natură, de acum se cere altceva: evoluţia Omului să înceapă cu efortul personal, manifestarea Voinţei şi a Credinţei în posibilităţile proprii nelimitate. Cum să mergi pe această cale? Există destule şcoli şi sisteme de dezvoltare psihologică a Omului. Oricine poate alege orice doreşte. Ucenicilor mei nu le pun restricţii, ba dimpotrivă, îi sfătuiesc să se ducă acolo unde simt că pot învăţa ceva nou şi care le poate aduce folos. Nu poţi să-i pui pe toţi într-o coloană şi să le ordoni; nu poţi să-i ceri unui om imposibilul, dacă nu stă în puterile lui acest lucru. Dacă această lucrare pentru autodesăvârşirea propriei persoane, a ajutat cât de cât măcar o sută de oameni să-şi aleagă cărarea, chemarea având-o deja, aş rămâne mulţumită.

Ar fi să ne unim mâinile în rugăciune şi să mulţumim Tatălui Ceresc pentru sănătate, armonie, milă, credinţă, înţelepciune, bunătate, blândeţe, răbdare, fericire şi prosperitate, pentru harul pe care vi l-a dat, pentru Iubire şi cuget sănătos. Iubiţi oamenii, vietăţile, plantele, pomii, tot ce este viu şi alinaţi suferinţele şi veţi fi FERICIŢI.

Cuprins

Introducere 5

Capitolul I Ucenicul. Treapta iniţială 17

1. Concentrarea (concentrarea ideilor) 17
2. Starea pasivă 29
3. Exerciţiu de respiraţie 38
4. Privirea magnetică 44
5. Forţa dorinţei 54

Capitolul II Ajutorul. Educarea capacităţilor oculte care necesită o anumită evoluţie morală 65

6. Autocunoaşterea şi eliberarea. Educarea voinţei. Armonia 65
7. Despre od 103
8. Telepatia sau transmiterea gândurilor 113
9. Monodeismul şi provocarea voită a somnului. Visele premonitorii pregătite anterior 123
10. Clarviziunea şi claraudibilitatea 139
    - 10.1. Clarviziunea în cristal 146
    - 10.2. Clarviziunea produsă de un obiect strălucitor 146
    - 10.3. Clarviziunea indusă cu ajutorul „oglinzii magice" 146
    - 10 4. Clarviziunea în cerneală 147
    - 10.5. Clarviziunea în apă 147
    - 10.6. Clarviziunea pe hârtie 147

10.7. Clarviziunea într-o suprafață lustruită 148
10.8. Clarviziunea într-o cameră perfect întunecată 148
11. Psihometria 157
12. Forța magnetică de vindecare 164
13. Tratamentul general 177
13.1. Tratamentul local 179
13.2. Mijloacele magnetice auxiliare 181
13.3. Diferite boli 187
14. Despre corpul astral 192
15. Exerciții pentru relaxare și meditație 197
16. Cercul și însemnătatea lui 199
17. Puterea de a mări forța gândului 200
18. Energia soarelui 201
19. Mineraloterapia 202

În loc de postfață 205

Cuprins 207